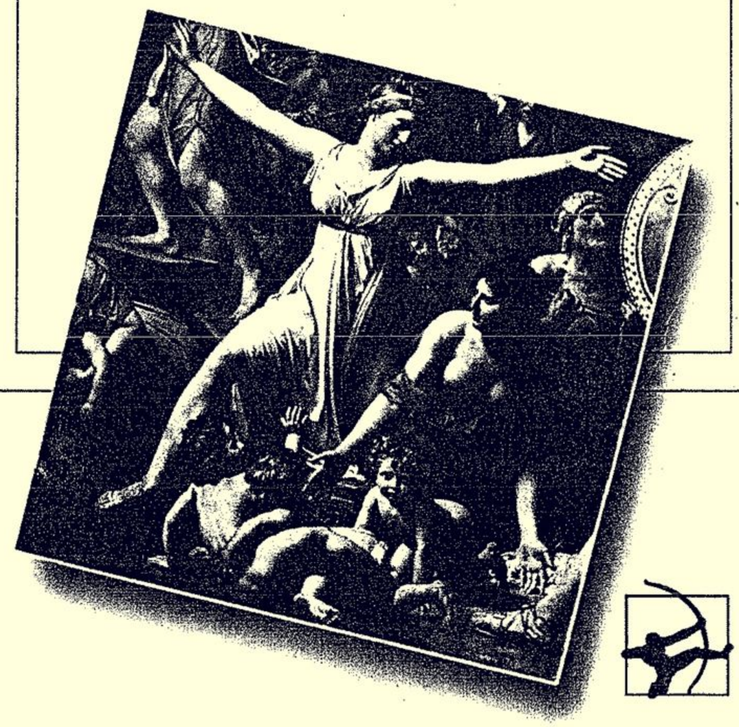
Conflictele și comunicarea

*Un ghid prin labirintul artei de a face față conflictelor*



# Conflictele și comunicarea

Această carte apare cu sprijinul Fundației SOROS

# CONFLICTELE ȘI COMUNICAREA:

*Un ghid prin labirintul*
*artei de a face față conflictelor*

Editura ARC • 1998

ISBN 9975-61-059-5
M-157-77

Pe copertă: fragment din tabloul „Sabinele“ de J.L. David

**CONFLICTELE ŞI COMUNICAREA: Un ghid prin labirintul artei de a face faţă conflictelor**

Lucrarea **CONFLICTELE ŞI COMUNICAREA: Un ghid prin labirintul artei de a face faţă conflictelor** a fost realizată pentru Open Society Institute's Regional Childre and Youth Program în vederea folosirii ei în şcolile din Europa Centrală şi de Est. Cunoştinţele şi competenţele avute în vedere în cadrul acestui curriculum* pot fi abordate şi în alte părţi ale lumii.

Autor: Daniel Shapiro

Editori: Lisa Pilsitz
Susan Shapiro

Editor pentru conţinut: Fran Donelan

Editori secunzi: Sarah Aitken
Lara Davidovic
Jennifer Dellmuth

Ilustratori: Zsofia Ungváry
Ben Chan
Anri Sala

Open Society Institute:

Directorul Regional Youth Project Elizabeth Lorant

Traducere şi adaptare
pentru versiunea românească: Dakmara Georgescu (Partea întîi),
Diana Stanciu (Partea a doua)

© Open Society Institute, 888 Seventh Avenue, New York, NY 10106 USA, 1995

*În limba română, termenul de „curriculum“ se foloseşte, de regulă, cu înţelesul de *programă şcolară* (sau de *programă de studii*). În această carte, „curriculum“ înseamnă *program de învăţare, proiect* sau *lucrare care propune un set coerent de activităţi.*

MULȚUMIRI

Unul dintre atuurile acestei cărți rezidă în faptul că ea reprezintă efortul concertat al unui număr de oameni talentați, care și-au oferit inspirația și ideile. Mulțumirile mele se îndreaptă către:

Dr. Jerome Frank, care m-a învățat că mintea „care s-a dovedit capabilă să descătușeze forțele atomice și să trimită sateliți în spațiu" este în mod similar capabilă să dea naștere unei lumi lipsite de violență și de războaie.

Numeroșii profesori și coordonatori ai Soros Health Education Programs din Europa Centrală și de Est, care au aplicat un sistem pilot și au evaluat lecțiile din această carte. Acestea au fost modificate și îmbunătățite pe baza testării lor în teren.

Participanții la seminarul și la atelierele privind comunicarea și arta de a face față conflictelor. Dumneavoastră sunteți trupurile și vocile acestei cărți.

Profesorii universitari, care și-au dedicat multe ore pentru revizia textului și pentru a oferi soluții constructive—Ervin Staub, specialist în psihologie socială, expert în problema violenței (University of Massachusetts at Amherst), Carl Latkin, specialist în psihologia industrială și organizațională (Johns Hopkins University), Carol Beal, specialist în psihologia dezvoltării (University of Massachusetts at Amherst), Joseph Folger, expert în mediere (Temple University), Ghislaine Godenne, profesor de psihiatrie (Johns Hopkins University/Medical School).

Mama mea, tatăl meu, bunica mea și doica mea, care m-au învățat cum să-i învăț pe alții, cum să ascult și cum să iubesc.

Lisa Pilsitz, „cealaltă mamă a mea", a cărei omenie deschisă a impregnat fiecare pagină a acestei cărți.

Elizabeth Lorant, pentru prietenia ei, precum și pentru concepția ei despre o societate deschisă.

Fran Donelan, consultant și expert în rezolvarea conflictelor, director al Peace Education Project (American Friends Service Committee and Faculty, Goucher College), pentru munca ei susținută, dedicația statornică și devotamentul față de predarea rezolvării conflictelor.

Sarah Aitken, Sophie Ungváry și Ben Chan pentru contribuțiile lor profunde în realizarea curriculum-ului.

Lara Davidovic, care mi-a acordat zi și noapte asistență profesională în mod necondiționat și sincer.

„Co-facilitatorii", ale căror spirit, idei și energie m-au ajutat să dau formă acestui curriculum: Jennifer Dellmuth, Marius Mates, Craig Zelizer, Pedje Zivotic, Melissa Agocs și Micah Murray. Clare, Emily și Lucas, pentru învățătura pe care am primit-o de la ei, despre faptul că viața este ceva mult mai profund decît simpla bătaie a inimilor noastre.

Tuturor celorlați care au dat acestui curriculum vitalitate, logică și dragoste:

Vera și Ivan Janik
Jamie Daneberg
Sarah Klaus
Lona Vinarski
Andrey Chadeav
Chris Fitz
Zina Baltreniene
Jeff Pilsitz
Mira Polazarevska
Dan Baciu
Darko Tot
Kathleen Curry
Rodica Cristea
Jana Hazirova
Jennifer Kreamer

și ultima, dar nu cea de pe urmă, Madelyn Shapiro.



## CUPRINS

**CUVÎNT ÎNAINTE: UN CADRU GLOBAL PENTRU A FACE FAȚĂ CONFLICTELOR**

**PARTEA I — ARTA DE A FACE FAȚĂ CONFLICTELOR**

INTRODUCERE XV
Introducerea pune în evidență intențiile generale ale curriculum-ului, importanța educației pentru a face față conflictelor și filozofia care se află la baza curriculum-ului.

CAPITOLUL I — EU 1
Activitățile din acest capitol au ca obiect „cunoașterea propriei persoane". Elevii descoperă valorile și credințele lor proprii, descoperă cum sunt ele structurate și în ce mod sunt legate de conflicte. De asemenea, ei învață în ce mod sunt legate de conflicte respectul de sine și imaginea despre sine.

CAPITOLUL al II - lea — TU 37
Uneori, relațiile dintre oameni sunt afectate de percepții eronate și de neînțelegeri. Acest capitol subliniază importanța pe care o are aprecierea dată felului de a fi diferit al celorlalți și unicității fiecărei persoane.

CAPITOLUL al III - lea — EU ȘI TU 81
Centrul de greutate al acestui capitol este comunicarea: cum putem interacționa eficient cînd ne aflăm într-o situație conflictuală? Cum putem să-i ascultăm pe ceilalți mai bine? Cum putem să exprimăm în mod clar ceea ce dorim? Acest capitol prezintă activități legate de strategiile de ascultare, de tehnicile de conversație eficientă, de limbajul corporal și de încredere.

CAPITOLUL al IV - lea — EU ÎMPOTRIVA TA 111
Acest capitol permite elevilor să examineze rădăcinile și consecințele conflictelor. Sunt abordate teme importante, ca, de pildă, de ce reacționează oamenii violent în timpul conflictelor.

CAPITOLUL al V - lea — EU ÎMPREUNĂ CU TINE 139
În acest capitol este prezentată o strategie specifică de rezolvare a conflictelor, în cinci pași. Multe activități scot în evidență ideea că într-un conflict între oameni toate părțile implicate pot avea deseori „cîștig de cauză".

CAPITOLUL al VI - lea — NOI 183
Acest capitol cuprinde activități concepute pentru elevi, astfel încît aceștia să descopere anumite drepturi fundamentale ale omului și modul în care ele sunt legate de conflicte. De asemenea, el oferă exerciții și idei despre modul în care elevii pot determina schimbări în cadrul unui sistem, atunci cînd cred că în cadrul lui le sunt încălcate drepturile lor fundamentale.

## CUPRINS


**PARTEA a II-a. MEDIEREA ELEVILOR: PREGĂTIRE ŞI IMPLEMENTARE**

INTRODUCERE 207

În introducere se explică ce înseamnă medierea şi care îi sunt scopurile.

CELE ZECE SESIUNI 213

Această parte cuprinde zece sesiuni privind introducerea medierii în şcoală. Este inclusă o listă cu materialele necesare. În cadrul programei se însuşesc tehnicile de mediere între elevii antrenaţi în conflict.

**ANEXE**

ANEXA I: ACTIVITĂŢI DE COMBATERE A STRESULUI 293

Dacă discuţiile devin prea emoţionale şi afectează sentimentele participanţilor, aceste exerciţii combat sau diminuează stresul. Sînt utile nu numai elevilor, ci şi profesorilor.

ANEXA II: ACTIVITĂŢI DE ÎNCĂLZIRE 299

În această anexă sunt prezentate activităţi cu rolul de a crea un mediu cald, deschis şi plăcut pentru profesori şi pentru elevi.

ANEXA III: O PIESĂ SCURTĂ 302

Această piesă scurtă, intitulată „Cei trei purceluşi", reflectă într-o manieră amuzantă esenţa unui proces de mediere.

ANEXA IV: DEMERSURI INTERDISCIPLINARE ÎN ARTA DE A FACE FAŢĂ CONFLICTELOR 309

Această parte se referă la rolul şcolii, al familiei şi al grupului de prieteni în abordarea conflictelor. Sunt prezentate exemple de activităţi care pun în evidenţă căi de introducere a artei de a face faţă conflictelor în diferite discipline sau în diferite situaţii de învăţare.

ANEXA V: ÎMPĂRŢIREA ELEVILOR ÎN GRUPE 312

Această parte vă oferă sugestii pentru împărţirea aleatoare a elevilor în grupe de lucru.

GLOSAR 313

LISTA LECŢIILOR 315

LISTA CONCEPTELOR-CHEIE 317




# CUVÎNT ÎNAINTE: UN CADRU GLOBAL PENTRU A FACE FAŢĂ CONFLICTELOR

Dintre pericolele cărora oamenii trebuie să le facă faţă în prezent, unul singur ameninţă chiar existenţa ca specie a rasei umane: războiul modern. Pînă la apariţia armelor nucleare, chimice şi biologice, conflictele trecute au fost compatibile cu supravieţuirea de specie şi au impulsionat într-adevăr descoperirile ştiinţifice şi tehnologice, care au dus la progrese majore în domeniul sănătăţii şi al bunăstării, chiar dacă acest lucru a costat temporar multe vieţi omeneşti şi a produs multă suferinţă oamenilor.

După cum au arătat ultimele două războaie mondiale, acest tip de conflict poate fi escaladat pînă la situaţia în care combatanţii se atacă unii pe ceilalţi cu cele mai distructive arme pe care le au la dispoziţie. Pînă în prezent, chiar şi cele mai groaznice dintre aceste arme ar putea avea doar efecte regionale. Dar, prin apariţia bruscă a armelor capabile de efecte distructive la scară planetară, orice război purtat de către naţiuni moderne industrializate ar putea să pună în primejdie umanitatea şi chiar viaţa pe Pămînt.

Cei ce luptă pentru a controla această ameninţare fără precedent au în vedere două obiective care interacţionează şi se sprijină reciproc: dezarmarea universală controlabilă şi obligatorie şi înlocuirea metodelor violente de rezolvare a conflictelor prin metode nonviolente eficiente.

Deşi se înregistrează progrese periodice, procesul de dezarmare a fost tot timpul subminat de credinţa adîncă a tuturor părţilor implicate că forţele distructive superioare rămîn cel din urmă arbitru al conflictelor mondiale, cum au fost întotdeauna. Dar această putere distructivă superioară a devenit astăzi o himeră, ea nemaiputînd fi atinsă de către naţiunile dezvoltate din punct de vedere industrial şi ştiinţific.

Această stare de lucruri îi obligă pe cei preocupaţi de supravieţuirea oamenilor să pună la dispoziţie mijloace nonviolente pentru soluţionarea conflictelor. Un obstacol major în realizarea acestui obiectiv îl reprezintă încrederea în violenţa superioară. Se întîmplă ca oamenii, ca fiinţe grupale, să-şi considere supravieţuirea ca grup, şi nu ca membri individuali, ca fiind bunul cel mai de preţ. Mărturie stau comemorările post-mortem pe întreg globul ale eroilor care şi-au sacrificat viaţa în bătălii, murind pentru camarazii lor sau pentru patria lor.

Un alt aspect legat de recunoaşterea psihologică a grupului, ca fiind mai important decît individul, a fost denumit etnocentrism. Membrii fiecărui grup consideră în mod tipic că propriile valori, obiceiuri şi realizări sunt superioare tuturor celorlalte. Cînd două grupuri intră în conflict pentru teritoriu, hrană sau pentru resurse limitate, ca şi din orice alte motive, fiecare parte îşi consideră propriile scopuri şi comportamente ca fiind singurele legitime şi importante. Fiecare grup îşi „micşorează" şi îşi ridiculizează oponentul, care devine astfel „duşmanul".

Fiecare parte îşi justifică propriile atrocităţi prin atrocităţile comise de inamic şi caută să se răzbune. Imaginile reciproce sunt puternic susţinute de sisteme de valori, de tradiţii şi de coduri de conduită. În consecinţă, conflictele armate, uneori desfăşurate pe parcursul mai multor generaţii, duc în mod tipic la escaladarea violenţei pînă cînd fiecare combatant reuşeşte să-l extermine pe celălalt, ceea ce include adeseori exterminarea femeilor şi a copiilor, ca o datorie sacră. Într-o lume înarmată nuclear, aceasta este un mijloc pentru exterminarea totală reciprocă.

A lucra în acelaşi timp asupra dezarmării şi asupra soluţionării paşnice a conflictelor reprezintă două căi pentru a scăpa din aceste capcane, aflate ambele în puterea noastră şi care se susţin reciproc.

Speranța că acest scop poate fi realizat este legată de multiplele seminarii și ateliere de lucru care au loc în întreaga lume, privind rezolvarea conflictelor și dezvoltarea competențelor de comunicare.

Pentru a fi pertinenți, trebuie să fim precauți cînd tragem concluzii despre succesul acestor ateliere. În raport cu importanța enormă a acestei probleme, numărul participanților este încă foarte mic, ceea ce limitează generalizarea rezultatelor. În plus, condițiile în care sunt conduse și evaluate atelierele reprezintă numeroase surse inevitabile de prejudecăți și de stereotipuri.

Acest program este extrem de atrăgător mai ales pentru că nu este un exercițiu de catedră. Profesorii și elevii care au lucrat în cadrul programului trăiesc în unele dintre cele mai conflictuale părți ale lumii, iar conceptorul programului a petrecut luni întregi în aceste regiuni, organizînd aceste exerciții și participînd la ele. Curriculum-ul este sofisticat din punct de vedere metodologic și conceptual.

Deoarece producerea de schimbări fundamentale în ceea ce privește atitudinile adînc înrădăcinate cultural este dificilă și înceată, omenirea va trebui să trăiască pentru mult timp cu sabia lui Damocles a civilizației deasupra capului — armele nucleare. Totuși, pînă cînd sabia va cădea, poate că este destul timp pentru ca oamenii să realizeze această enormă schimbare psihologică, care să ducă eventual la folosirea exclusivă a metodelor de soluționare nonviolentă a disputelor dintre grupuri. E vorba într-adevăr de o sarcină copleșitoare, dar nu există o alternativă.

Să sperăm că programele de educație pentru a face față conflictelor, asemănătoare acestuia, vor deveni în timp suficient de răspîndite și de sofisticate pentru a putea reduce și a înlocui eventual violența în situațiile de conflict intern și internațional. Ca să fim sinceri, este doar o speranță lucidă, dar în aforismul plin de înțelepciune al lui Krishnamurit, un filosof indian, „o pietricică poate schimba cursul unui rîu".

Curriculum-ul de față este o astfel de pietricică. Pe măsură ce se vor acumula tot mai multe astfel de pietricele, am putea spera că ele vor forma un baraj destul de puternic pentru a devia cursul acțiunilor omenești de la canalele lor distructive.

Pînă atunci, recomand din toată inima tuturor celor care împărtășesc speranțe legate de viitorul omenirii explorarea atentă și introducerea, acolo unde este posibil, a programului „Coflictele și comunicarea: Un ghid prin labirintul artei de a face față conflictelor".

*Jerome Frank, Ph. D., M.D., Professor of Psychiatry*
*(Emeritus of Johns Hopkins University)*

# *Un mesaj pentru dumneavoastră, profesorii...*

## *Bine ați venit!*

*Tocmai ați intrat în lumea schimbării pozitive: ca profesori, aveți puterea de a influența în mod semnificativ viețile elevilor dumneavoastră. Aveți puterea de a-i ajuta să obțină o imagine mai clară despre ei înșiși și despre societate. Aveți puterea de a transforma conflictele lor în șanse educative. Aveți puterea de a-i îndruma pe elevii dumneavoastră prin labirintul artei de a face față conflictelor. Dar în ce constau pașii concreți pentru realizarea acestor obiective? Bine ați venit în program.*

# PARTEA I

# ARTA DE A FACE FAȚĂ CONFLICTELOR

## Importanța educației pentru a face față conflictelor

Luptă. Indecizie. Furie. Acceptarea lipsește. Conflictul este o componentă atît de naturală, de indispensabilă a vieții noastre cotidiene și a relațiilor noastre cu ceilalți, încît, de regulă, nu îl analizăm, nu ne gîndim la el sau nu îl studiem.

Totuși, zi de zi elevii au parte de conflicte cu ei înșiși, în clasă, în familie și în societate. Deși cei mai mulți oameni privesc conflictul ca pe o forță negativă și distructivă, el poate deveni o șansă pentru maturizare și pentru învățare. Dacă li se dezvoltă anumite competențe specifice pentru rezolvarea conflictelor, elevii pot analiza situații sociale, pot decide asupra căilor înțelepte de acțiune și pot deveni responsabili pentru consecințele acțiunilor lor. Arta de a face față conflictelor propune o serie de competențe și de strategii utile în abordarea constructivă a conflictelor.[1] Capacitatea de a aborda conflictele într-un mod constructiv nu contribuie doar la sănătatea mentală individuală a elevilor, ci are și efecte pozitive asupra societății în întregul ei.

Pe baza acestui curriculum, elevii vor fi capabili:

— să învețe să analizeze în mod critic atitudinile și punctele lor de vedere în raport cu o varietate de probleme;

— să-și dezvolte competențe folositoare pentru a face față conflictelor;

— să înțeleagă importanța comunicării;

— să-și formeze capacitatea de a comunica astfel încît conflictele să fie dezamorsate.

## Să intrăm deci în domeniul artei de a face față conflictelor

Ce sunt, de fapt, conflictele și cum putem să le abordăm în mod constructiv? Cum pot învăța elevii să privească conflictul ca pe un stimulent puternic pentru maturizare și pentru schimbare? Acest curriculum are cinci trăsături importante, pe baza cărora elevii sunt ajutați să învețe despre și să înțeleagă natura conflictelor:

1. *Activitățile au un caracter practic.* Acest curriculum este astfel conceput încît să-i ajute pe elevi să înțeleagă natura conflictelor prin intermediul activităților practice. Cartea conține doar foarte puține lecții în care sunt prezentate în mod explicit teorii despre conflicte; ea permite elevilor să-și analizeze critic propriile atitudini și puncte de vedere asupra unor aspecte diferite. În acest curriculum, accentul nu este pus pe memorarea de către elevi a definițiilor, ci pe necesitatea de a-i face să învețe și să înțeleagă competențe specifice, folositoare, pentru a fi capabili să facă față conflictelor în viețile lor proprii.

2. *Activitățile permit elevilor să experimenteze și să progreseze.* Învățarea „factuală" nu este suficientă de multe ori pentru înțelegerea autentică. Credem că adevărata cheie pentru înțelegere este experiența. Activitățile din acest program au fost concepute astfel încît să faciliteze elevilor experiențe privind conceptele abordate; elevii gîndesc apoi asupra (îmbunătățirii) propriei experiențe,

(1) Termenii de „a face față conflictelor" (conflict management) și de „rezolvare a conflictelor" (conflict resolution) nu sunt sinonimi. Rezolvarea conflictelor este un termen cu o sferă mai restrînsă, care descrie competențele și strategiile folositoare în soluționarea conflictelor. Arta de a face față conflictelor (conflict management) este un termen mai larg. Deși nu li se poate găsi tuturor conflictelor o rezolvare, ele au toate un potențial pozitiv. De exemplu, doi elevi aflați în dispută ar putea să nu găsească o rezolvare pentru conflictul lor, dar relațiile dintre ei ar putea să se îmbunătățească.

deci învață. De exemplu, mulți oameni știu ce este discriminarea, dar continuă să o practice. De aceea, unul dintre obiectivele acestui program este acela de a-i confrunta pe elevi cu diferite experiențe și de a-i face să-și exprime sentimentele implicate în acțiunile de discriminare. Rezultatul intenționat este de a reduce probabilitatea de apariție a unor fenomene de discriminare sau, în final, de a facilita o creștere a gradului de înțelegere a implicațiilor ei.

3. *Activitățile stimulează discuțiile.* Prin stimularea discuțiilor, elevii își împărtășesc diferite opinii, atitudini și puncte de vedere; acest proces al schimbului de idei și de experiență reprezintă sursa pentru rezolvarea conflictelor. Discuțiile și împărtășirea experienței nu îi apropie doar pe elevi unii de ceilalți, ci îi fac să afle mai multe chiar despre ei înșiși. Elevii sunt încurajați să-și exprime deschis părerile. Ei au și posibilitatea de a constata că este firesc să apară controverse între oameni.

4. *Activitățile sunt amuzante și au un mare potențial educativ.* Multe din activitățile din această carte sunt prezentate sub formă de joc. Dar nu este un motiv să fiți dezamăgiți: deși activitățile sunt amuzante, ele au fiecare obiective specifice. Nu este suficient să predăm teorii și definiții ale unor concepte, precum discriminarea și prejudecățile. Folosirea jocurilor ca mijloc auxiliar de predare/învățare îi face pe elevi să se simtă bine, avînd parte de diferite experiențe referitoare la aceste concepte. De asemenea, prin prezentarea multor cunoștințe sub forma jocurilor, elevii ajung să fie nerăbdători și bucuroși să învețe. Veți vedea că ei vor dori să învețe mai multe despre conflicte. Jocurile le trezesc curiozitatea și creează în clasă o atmosferă în care învățarea poate deveni productivă și plăcută.

5. *Activitățile pot fi adaptate.* Fiecare clasă este diferită — elevii se poartă altfel, învață în mod diferit și au diferite credințe, valori și nevoi. Deși activitățile din acest program au fost experimentate pentru a le asigura eficiența, trebuie ținut seama că nici o activitate nu se realizează perfect în orice situație. Vă invităm ca după ce veți citi activitățile propuse să le adaptați astfel încît ele să răspundă mai bine nevoilor elevilor dumneavoastră.

## Filozofia aflată la baza acestui curriculum: labirintul artei de a face față conflictelor

Acest program este realizat plecînd de la o filozofie al cărei conținut poate fi făcut cunoscut cu ușurință elevilor. Conceptul central este acela de „găsire a propriului drum prin labirintul artei de a face față conflictelor". Această artă este ca un labirint complex al alegerilor. Trebuie să luăm decizii privind acțiunile noastre, gîndurile noastre și emoțiile noastre. Ce ar trebui să facem dacă în timpul unui conflict ajungem la o situație de răscruce și nu știm cum să ne comportăm? Dacă există două sau mai multe căi, cum ne vom opri asupra deciziei care ne va călăuzi cel mai bine prin labirint? Așa cum cel mai scurt drum între două puncte este linia dreaptă, forma cea mai potrivită de comunicare este dialogul între oameni. Competențele și cunoștințele ne dezvoltă capacitățile de a comunica, de a colabora și de a face față cu succes conflictelor noastre.

### Cum se raportează filozofia la acest curriculum?

Acest curriculum prezintă arta de a face față conflictelor „de jos în sus": capitolul inițial tratează cunoașterea de sine, în timp ce părțile finale abordează conflictele la scară globală. Sprijinindu-se unul pe celălalt, capitolele construiesc competențe de învățare care îi orientează pe elevi în labirintul artei de a face față conflictelor. Acest curriculum este bazat pe nouă principii:

1. Conflictele sunt neînțelegeri între două sau mai multe persoane sau idei. Conflict înseamnă mai ales interacțiune și dialog[1].

2. Conflictele sunt necesare pentru dezvoltare și maturizare. Modul în care o persoană face față conflictelor constituie un aspect important al propriei personalități.

3. Cunoașterea de sine și înțelegerea propriului eu contribuie la posibilitatea de a face față în mod constructiv conflictelor. De exemplu, elevii cu un grad redus de respect de sine abordează conflictele în mod diferit de elevii care au un respect de sine ridicat.

4. Orice conflict are un potențial pozitiv. Indiferent dacă conflictul este sau nu soluționat, există o bază pentru recunoașterea și înțelegerea reciprocă a nevoilor și dorințelor; relațiile pot fi păstrate sau întărite.

5. Conflictele nu pot fi soluționate în mod constructiv fără interacțiune pozitivă, care este o formă a comunicării.

6. Este nevoie de anumite competențe pentru ca un conflict să devină o experiență de maturizare și de dezvoltare.

7. Aceste competențe specifice pot fi învățate.

8. Conflictele pot fi rezolvate într-o manieră care nu încalcă drepturile omului.

9. Ca să fie eficiente, strategiile și structurile pentru a face față conflictelor trebuie să fie instituționalizate în cît se poate de multe domenii ale societății. Nivelurile importante ale instituțiilor cu caracter sistematic includ familia, școala, comunitatea și națiunea.

[1] În mod specific, conflictele există cînd două părți aflate în interdependență sunt aparent incompatibile din cauza percepției diferite a scopurilor, a valorilor, a resurselor sau a nevoilor. Prin interdependență înțelegem situația în care orice ar face una dintre părți în cadrul coflictului, ea o afectează pe cealaltă.

## Structura curriculum-ului

**Partea I — Arta de a face față conflictelor;**

**Partea a II-a — Activități de mediere. Elevii ca mediatori**

**Partea I**

Programul conține șase capitole, fiecare dintre ele debutînd cu o introducere cu caracter explicativ.

* In unele lecții sunt oferite activități suplimentare, care clarifică sau extind obiectivele.

* La sfîrșitul aproape al fiecărei lecții sunt incluse întrebări pentru stimularea discuțiilor.

* Cele mai multe dintre lecții includ fișe de lucru pentru elevi, care pot fi fotocopiate și distribuite acestora. Dacă nu este posibil să fie folosită o mașină de fotocopiat, multe dintre aceste fișe pentru elevi pot fi adaptate cu ușurință.

Capitolele sunt constituite din diferite planuri de lecții, legate de temele majore tratate în respectivul capitol. Fiecare plan de lecție conține obiective ale învățării, concepte-cheie, informație relevantă cu caracter preliminar, o listă de materiale de care este nevoie, descrierea activităților și întrebări pentru discuții.

* *Obiectivele* sunt rezultate măsurabile ale activităților.

* *Conceptele-cheie* reprezintă ideile principale ale fiecărei activități. O listă a conceptelor-cheie se află la sfîrșitul cărții. Definițiile tuturor conceptelor-cheie pot fi găsite în Glosar.

* *Informația relevantă* cu caracter preliminar conține datele de care are nevoie profesorul ca să prezinte activitatea elevilor.

* *Fiecare activitate* prezintă pas cu pas procedurile folosite pentru a preda conceptele lecției.

**Anexe**

Anexele îl sprijină pe profesor în toate aspectele legate de curriculum. Ele includ (...) o abordare interdisciplinară a artei de a face față conflictelor și o secțiune despre cum poate fi realizată împărțirea elevilor în grupe.



## Cum poate fi folosit acest program?

Acest curriculum este foarte vast! De unde să încep???? Există mai multe feluri de a le dezvolta elevilor, cu ajutorul acestui program, în mod eficient, abilități importante în viață.

* **Parcurgeți programul în întregime!** Cel mai bun mod de a-i ajuta pe elevi să învețe tot ceea ce cartea prezintă despre competențele pentru a face față conflictelor este să realizați toate activitățile, de la început la sfîrșit, activitate de activitate. Deoarece competențele abordate se sprijină unele pe celelalte, este util să realizați activitățile în ordinea în care sunt prezentate.

* **Realizați o parte din activități!** Majoritatea profesorilor nu au timp suficient să realizeze toate activitățile prezentate în carte. (Pentru cele mai multe dintre activități este nevoie de 45-50 de minute pentru a le realiza în întregime.) Vă prezentăm și alte modalități de a folosi acest progam:

* **Explorați programul!** Activități amuzante, cu potențial educativ, pot fi găsite în interiorul fiecărui capitol. Răsfoiți curriculum-ul și citiți diferitele activități.

*** Evaluați nevoile clasei dumneavoastră.**

1. Uitați-vă la listele de la sfîrșitul cărții. Veți descoperi o listă de concepte-cheie legate de arta de a face față conflictelor. Pentru fiecare concept există o listă de lecții din cadrul programului, care tratează acel concept specific. Sunt incluse, de asemenea, numerele de pagină ale lecțiilor respective. Trebuie să decideți care dintre concepte vor răspunde mai bine nevoilor elevilor dumneavoastră. De exemplu, dacă observați că mulți dintre elevii dumneavoastră au prejudecăți și resentimente față de alte grupuri, poate că este bine să realizați cîteva dintre activitățile propuse în raport cu conceptul de „Prejudecată".

2. Dacă sunt mulți elevi care au nevoie să-și îmbunătățească imaginea despre sine și să-și dezvolte respectul de sine, realizați activitățile din cadrul Capitolului I.

3. Dacă mulți dintre elevii dumneavoastră au nevoie să înțeleagă mai bine prejudecățile, discriminarea, stereotipurile și propaganda, realizați activități cuprinse în Capitolul al II-lea.

4. Dacă mulți dintre elevi au nevoie să-și îmbunătățească abilitățile de comunicare (cum ar fi competențele lor verbale și non-verbale, sensibilitatea și capacitatea de a exprima sentimente ș.a.m.d.), realizați activități din Capitolul al III-lea.

5. Dacă mulți dintre elevi au dificultăți în a face față eficient conflictelor, vă recomandăm să realizați activități din cadrul fiecărui capitol. Iar dacă mulți dintre elevii dumneavoastră și-au dezvoltat competențe reale de comunicare, realizați activități din toate capitolele, cu excepția Capitolului al III-lea.

6. Realizați propria dumneavoastră selecție de exerciții, bazată pe aprecierea nevoilor elevilor din clasa dumneavoastră. Citiți prima pagină a fiecărui capitol, unde veți găsi o descriere succintă și atentă a cuprinsului acestuia.

7. Intrebați-i pe elevii dumneavoastră care sunt temele pe care ar dori să le abordeze.

*** Realizați un program scurt privind arta de a face față conflictelor.**

Activitățile din cadrul acestui program se sprijină unele pe altele. De exemplu, elevii nu pot face față cu succes conflictelor dacă nu au competențe de comunicare și nu pot comunica cu adevărat dacă au un foarte scăzut respect de sine.

De aceea, pentru a realiza un program concentrat pentru a face față conflictelor, selectați pur și simplu activități din fiecare capitol, în ordinea în care sunt prezentate în curriculum. (...) Am inclus Fișa de activități a profesorului „Realizați propriul dumneavoastră program de învățare a artei de a face față conflictelor", pentru a vă ajuta să vă puneți la punct propriul program pentru învățarea artei de a face față conflictelor.

În continuarea Fișei de activități a profesorului sunt propuse două exemple de program privind învățarea artei de a face față conflictelor. Puteți folosi un astfel de exemplu ca ghid pentru activitățile pe care urmează să le realizați.

*** Creați propriul dumneavoastră program de învățare a artei de a face față conflictelor.**

Harta de la sfîrșitul acestui capitol a fost pregătită să vă ajute pe dumneavoastră, profesorii, să realizați un program de învățare a artei de a face față conflictelor, adaptat nevoilor clasei dumneavoastră. Nu aveți nevoie de mai mult de 45 de minute pentru a completa această hartă. Faceți mai întîi o copie a Fișei de activități a profesorului „Realizați propriul dumneavoastră program de învățare a artei de a face față conflictelor" sau extrageți fișa din carte.

În al doilea rînd, gîndiți-vă la nevoile, la tipurile de personalitate și la interesele elevilor din clasa dumneavoastră. Care este nivelul respectului de sine al celor mai mulți elevi? Cît de bine pot ei să comunice? Cît de bine înțeleg concepte precum prejudecată, naționalism sau discriminare?

În al treilea rînd, gîndiți-vă cîte activități puteți realiza cu elevii dumneavoastră în timpul pe care îl aveți la dispoziție. Vă prezentăm un mod simplu de a face acest lucru: fiecare activitate se realizează în aproximativ 45 de minute, ceea ce înseamnă că într-o oră puteți realiza aproximativ 1-1/3 sau 4/3 activități. Înmulțiți numărul total de ore pe care le aveți la dispoziție pentru programul de învățare a artei de a face față conflictelor cu 4/3. Numărul rezultat este aproximativ numărul de activități pe care le puteți alege. Astfel, de pildă, dacă vă gîndiți că veți avea 24 de ore pentru a realiza astfel de activități de-a lungul întregului an, înmulțiți 24

cu 4/3. Răspunsul este aproximativ 32. Deci, ar trebui să alegeţi 32 de activităţi cu totul. *

În al patrulea rînd, răsfoiţi primul capitol, citind obiectivele fiecărei activităţi. Aruncaţi o privire asupra fundamentării şi asupra descrierii fiecărei activităţi. Însemnaţi pe hartă activităţile care ar fi utile pentru elevii dumneavoastră.

În al cincilea rînd, repetaţi pasul patru în cazul fiecăruia dintre celelalte patru capitole. Amintiţi-vă că este important să realizaţi activităţi din fiecare capitol, deoarece competenţele avute în vedere formează un întreg.

Odată ce aţi creat propria dumneavoastră hartă şi aţi început să realizaţi activităţile, s-ar putea să trebuiască să modificaţi lista de activităţi, în funcţie de cît de bine stăpînesc elevii conceptele. De exemplu, să presupunem că aţi ales să realizaţi o activitate despre discriminare. Dacă clasa nu înţelege pe deplin ce este discriminarea, doar pe baza acestei unice activităţi, ar fi poate înţelept să realizaţi o altă activitate pentru a clarifica conceptul.

* Activităţile propuse în această carte pot fi utilizate în special în orele de educaţie civică („Cultură civică") sau dirigenţie. De asemenea, ele pot fi realizate ca activităţi extraşcolare, de exemplu, în cadrul unor cercuri ale elevilor.
Profesorii vor decide în fiecare caz propria cale de a folosi aceste activităţi în raport cu timpul pe care îl au la dispoziţie şi cu specificul claselor lor .



## REALIZAŢI PROPRIUL DUMNEAVOASTRĂ PROGRAM DE ÎNVĂŢARE A ARTEI DE A FACE FAŢĂ CONFLICTELOR

(Indicaţii pentru folosirea acestei hărţi găsiţi la sfîrşitul capitolului)

Numărul total de ore pe care pot să le dedic realizării de activităţi este de: _____ ore.

Numărul total de activităţi pe care ar trebui să le aleg este de: _____ ore) x 4/3 = _____ activităţi (aproximativ).

Activităţi din Capitolul I

_____
_____
_____
_____
_____
_____

Activităţi din Capitolul al II-lea

_____
_____
_____
_____

Activităţi din Capitolul al III-lea

_____
_____
_____
_____
_____
_____

Activităţi din Capitolul al IV-lea

_____
_____
_____
_____
_____
_____

Activităţi din Capitolul al V-lea

_____
_____
_____
_____

Activităţi din Capitolul al VI-lea

_____
_____
_____
_____
_____
_____

## HARTA CREĂRII PROGRAMULUI PROPRIU DE ÎNVĂȚARE A ARTEI DE A FACE FAȚĂ CONFLICTELOR
### EXEMPLUL I

Numărul total de ore pe care le pot dedica pentru realizarea activităților este de: 18 ore.
Numărul total de activități pe care ar trebui să le aleg este de: 18 x 4/3 (ore) = 24 de activități (aproximativ).

Activități din Capitolul I
- Munți și văi
- Eu și oglinda
- Cele două părți ale Eu-lui meu

Activități din Capitolul al II-lea
- Știrile de seară
- Despre stereotipuri
- Bargonezii și ruterienii
- Formele și dimensiunile multiple ale prejudecăților
- Prieten sau dușman?

Activități din Capitolul al III-lea
- Fii atent la pașii tăi!
- Încurcătura
- Limbajul trupului
- Jocul de-a ghicitul
- Lista sentimentelor

Activități din Capitolul al IV-lea
- Imaginea mea despre conflicte
- Rădăcinile conflictelor
- Unde ne întîlnim cu violența?

Activități din Capitolul al V-lea
- Inima mea care bate
- Minte și inimă
- Sticla de lapte
- Capace de sticlă
- Alegerea justă
- Urcînd pe scară

Activități din Capitolul al VI-lea
- Scutul meu de protecție
- A trece peste linie

## HARTA CREĂRII PROPRIULUI PROGRAM DE ÎNVĂȚARE A ARTEI DE A FACE FAȚĂ CONFLICTELOR
### EXEMPLUL II

Numărul total de ore pe care pot să le dedic realizării de activități este de: 24 de ore.
Numărul total al activităților pe care ar trebui să le aleg este de: 24 de ore x 4/3 (ore)= 32 de activități (aproximativ).

Activități din Capitolul I
- Munți și văi
- Scaunul în care te simți bine
- Eu și oglinda
- Cele două părți ale Eu-lui meu

Activități din Capitolul al II-lea
- Știrile de seară
- Bargonezii și ruterienii
- Despre stereotipuri
- Formele și dimensiunile multiple ale prejudecăților
- De aceeași parte a drumului
- Prieten sau dușman?

Activități din Capitolul al III-lea
- Fii atent la pașii tăi!
- Oglinda
- Limbajul trupului
- Lista sentimentelor
- Jocul de-a ghicitul
- Maria spune...
- De ce punem întrebarea *de ce*?

Activități din Capitolul al IV-lea
- Imaginea mea despre conflicte
- Rădăcinile conflictelor
- Dicționarul conflictelor
- Unde ne întîlnim cu violența?

Activități din Capitolul al V-lea
- Inima mea care bate
- Minte și inimă
- Sticla de lapte
- Capace de sticlă
- Alegerea justă
- Urcînd pe scară
- Fabrica

Activități din Capitolul al VI-lea
- Scutul meu de protecție
- A trece peste linie
- Variațiuni pe aceeași temă
- Cum creăm o activitate de învățare a artei de a face față conflictelor?



# *CAPITOLUL I*

# *„EU“*

# O INTRODUCERE LA CAPITOLUL I: EU

Credințele, percepțiile, valorile, nevoile și sentimentele noastre intervin inevitabil în orice conflict în care suntem implicați. Modul în care rezolvăm conflictele este influențat de ce simțim față de noi înșine, de ce relații avem cu ceilalți și de cum valorizăm și cum vedem lumea.

Activitățile din acest capitol îi ajută pe elevi să investigheze relația dintre conflicte și propriile lor credințe, sentimente, gînduri și experiențe de viață. Elevii vor deveni capabili să înțeleagă ce fel de oameni sunt, care sunt părțile lor tari, ce simt față de ei înșiși, care sunt posibilitățile lor și care sunt speranțele, scopurile și visurile lor. Activitățile din capitolele următoare îi vor ajuta pe elevi să dezvolte strategii pentru a face față conflictelor, *bazate pe propriile lor* personalități, părți tari și posibilități.

Multe dintre activitățile din cadrul acestui capitol sunt concepute pentru a îmbunătăți sentimentul de respect față de sine și sentimentul valorii proprii ale elevilor. Elevii vor fi capabili să facă față conflictelor mai bine, avînd un sentiment pozitiv al propriei valori.

Un sentiment ridicat al valorii proprii poate ajuta la prevenirea escaladării conflictelor, deoarece oamenii cu un astfel de sentiment cad mai greu pradă prejudecăților față de alții. De asemenea, cei cu un sentiment sănătos al propriei lor valori sunt mai puțin susceptibili să aibă prejudecăți față de alții și sunt mai apți să înțeleagă perspectiva celeilalte persoane în cazul unui conflict.

# GÎNDURI DESPRE ARTA DE A FACE FAȚĂ CONFLICTELOR

## OBIECTIVE

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să-și exprime propriile puncte de vedere despre conflicte, înainte de a învăța ceea ce este cuprins în programul referitor la arta de a face față conflictelor;
2. să-și exprime vederile după învățarea materialului din cadrul acestui program referitor la arta de a face față conflictelor;
3. să compare punctele de vedere inițiale cu cele noi.

## CONCEPTE-CHEIE

Gîndire analitică
Analiza conflictelor

## INFORMAȚII PRELIMINARE

Această activitate este similară unei pre și posttestări. Elevii urmează să completeze Fișa de lucru a elevilor, atît înainte de predarea cunoștințelor și de formarea abilităților prevăzute prin acest program, cît și după finalizarea programului. În acest fel, dumneavoastră și elevii veți putea evalua în mod informal ceea ce elevii au învățat, comparînd vederile lor inițiale cu cele „noi", bazate pe achizițiile facilitate de programul referitor la arta de a face față conflictelor.

Această activitate-lecție le permite elevilor să-și dea seama cum s-au schimbat vederile lor pe măsură ce au învățat mai multe despre conflicte. Veți descoperi că, înainte de realizarea programului, mulți elevi consideră conflictele ca fiind negative, distructive sau rele. Dar, după parcurgerea programului referitor la arta de a face față conflictelor, elevii își vor da seama de potențialul constructiv al aproape fiecărui conflict.

## MATERIALE

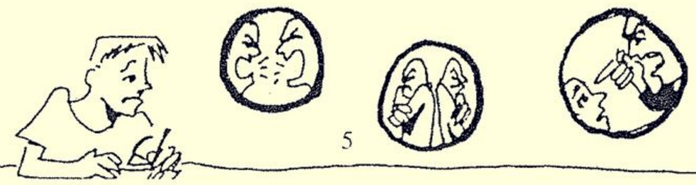
Creioane și hîrtie, Fișa de lucru a elevilor „Arta de a face față conflictelor"

## ACTIVITATE

1. Cereți elevilor să completeze Fișa de lucru „Arta de a face față conflictelor". În timp ce completează fișa, elevii nu au voie să vorbească între ei și nu au voie să compare răspunsurile lor.

## INDICAȚII PENTRU PROFESORI

Aveți grijă ca elevii să dea răspunsuri sincere la întrebări. Pentru a-i face pe elevi să se simtă în largul lor și să răspundă sincer, ei nu trebuie să-și scrie numele pe fișe. În loc de nume, ei ar putea să deseneze pe fișă un semn particular. Sugerați-le să deseneze acest semn particular în caietele de notițe, astfel încît să-l poată folosi mai tîrziu. După ce vor fi completat fișa de activitate a doua oară (după realizarea programului), distribuiți elevilor „vechea" fișă completată, cerîndu-le să deseneze sau să descrie fiecare semnul particular folosit.



NOTĂ :

1. Dacă nu aveți acces în școala dumneavoastră la o mașină de copiat și nu puteți face copii după fișa de lucru, puteți citi elevilor întrebările. Cereți elevilor să scrie mai întîi toate întrebările și să răspundă la ele de-abia după ce au fost scrise pe fișă. Cele mai multe dintre activitățile propuse în această carte pot fi adaptate în întregime în acest fel.
2. După ce elevii au completat răspunsurile la întrebări, cereți-le să îndoaie foaia și să-și scrie numele (sau să deseneze semnul particular) pe exterior.
3. Strîngeți foile și spuneți elevilor că le veți înapoia fișele mai tîrziu în cursul anului (după ce vor fi învățat programul de a face față conflictelor).
4. Puneți fișele elevilor deoparte, pentru a le înapoia la sfîrșitul programului. După finalizarea programului de pregătire pentru a face față conflictelor (după zile, săptămîni sau luni), cereți elevilor să completeze o nouă fișă de lucru pentru elevi. Dați-le înapoi fișele originale, astfel încît elevii să poată face comparație între vederile lor inițiale despre conflicte și cele actuale.
5. Purtați o discuție despre felul în care s-au schimbat opiniile elevilor despre conflicte.

*ARTA DE A FACE FAȚĂ CONFLICTELOR*

## *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

*1. Ce este un conflict?*

*2. Cînd mă gîndesc la cuvîntul conflict, mă gîndesc la...*

*3. De ce fel de forme de conflicte ați avut parte în viața voastră?*

*4. Imaginați-vă că aveți un conflict cu un prieten de-al vostru. Care sunt cîteva dintre căile de a soluționa acest conflict?*

*5. Dacă sunteți într-o situație de conflict cu un prieten, cum puteți să-i arătați că sunteți atenți la ce spune?*

*6. Cuvintele „conflict" și „violență" înseamnă același lucru pentru voi? Explicați.*

## *MĂ DESENEZ PE MINE*

### *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:
1. să exprime anumite lucruri despre ei prin desen și prin discuții;
2. să-și prezinte propriile interese și activități prin desen și prin discuții;
3. să-și recunoască calități pozitive care le aparțin numai lor.

### *CONCEPTE-CHEIE*

Atitudini
Comportamente
Sentimente
Mîndrie
Respect de sine

### *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Fiecare elev posedă calități unice, care fac din el o individualitate. Această activitate are rolul de a-i face pe elevi mîndri de interesele lor, ridicîndu-le în același timp nivelul încrederii în ei. A ridica nivelul respectului de sine al elevilor înseamnă, în primul rînd, a-i ajuta pe elevi să-și formeze o imagine pozitivă despre ei înșiși. Dumneavoastră, profesorii, puteți lua parte de asemenea la această activitate.[1]

### *MATERIALE*

Carioci, creioane și hîrtie

### *ACTIVITATE*

1. Împărțiți elevii în grupe de cîte trei sau cinci. (Includeți-vă și pe dumneavoastră într-una dintre grupe.)

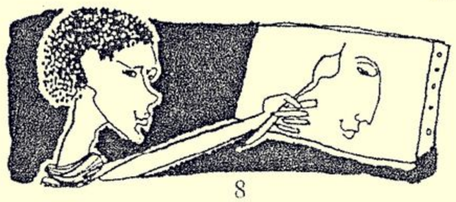
[1] Cercetările arată că exemplul este o metodă eficientă de transmitere a cunoștințelor. Cu alte cuvinte, elevii vor urma exemplul dumneavoastră dacă întreprindeți un anumit lucru. De pildă, este mai probabil ca elevii dumneavoastră să accepte să citească în liniște dacă și dumneavoastră stați la catedră și citiți în liniște.

### *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Această activitate vă poate oferi posibilitatea de a ieși din rolul dumneavoastră de profesor. Arătîndu-le cîteva dintre interesele dumneavoastră, elevii vă vor vedea ca „persoană complexă", nu doar ca profesor.

Pentru a crea un mediu prietenos, cereți elevilor să se respecte unul pe altul. Nimeni nu are voie să rîdă de desenele celuilalt. Înainte ca elevii să-și vadă reciproc desenele, puteți evalua ceea ce a realizat grupul, punînd următoarele întrebări: 1) A avut toată lumea prilejul să schimbe desenul cu altcineva? 2) A fost toată lumea tratată cu respect? Întrebările pot fi scrise pe tablă.

Activitatea suplimentară II poate fi extrem de revelatoare. Dacă se reușește crearea unui mediu prietenos, activitatea poate permite elevilor să-și exploreze profund sentimentele și să afle lucruri noi despre ei.





2. Împărțiți fiecărei grupe carioci, creioane și hîrtie.
3. Scrieți pe tablă lista următoare. Cereți fiecărui elev să se gîndească la:

   1) genul favorit de muzică;
   2) interesele sale;
   3) materia favorită în școală ;
   4) culoarea favorită;
   5) activități preferate (hobby-uri).

   Cereți fiecărui elev să deseneze pe hîrtie aceste lucruri despre ei înșiși. Subliniați cerința ca desenele să fie simple (acest lucru ar putea să-i încurajeze pe cei care, fiind prea conștiincioși, ar fi tentați să facă desene prea elaborate).

   NOTĂ: Dacă elevii afirmă că nu pot exprima anumite activități prin desen, spuneți-le că ar trebui să fie cît se poate de creativi. Puteți să dați elevilor următorul exemplu: dacă activitatea preferată a cuiva este înotul, acesta poate desena un bazin de înot, un lac sau chiar un pește! Dacă o elevă/ un elev insistă totuși că ea/ el nu poate exprima în acest fel o activitate specifică, spuneți-le acestora că pot folosi inclusiv cuvinte.
4. Cereți elevilor (includeți-vă și pe dumneavoastră!) să arate desenele celorlalți membri din grupele lor de lucru. Cereți fiecăruia să explice:

   A) Ce reprezintă fiecare desen și

   B) De ce este deosebită fiecare activitate sau fiecare preocupare.
5. OPȚIONAL: După terminarea activității, cereți elevilor să-și scrie numele pe desene. Adunați desenele elevilor și expuneți-le pe un perete din clasă.

**ACTIVITATEA SUPLIMENTARĂ I:**

Într-o altă zi, ați putea realiza aceeași activitate. Dar, în loc ca elevii să-și deseneze activitățile și preocupările preferate, cereți-le să se deseneze pe ei înșiși luînd parte la activități pe care cred că le-ar realiza foarte bine.

**ACTIVITATEA SUPLIMENTARĂ II:**

Puneți-i pe elevi să se gîndească la ceva sau la cineva pe care l-au pierdut. Cereți-le fie să deseneze, fie să scrie o povestire sau un poem despre această pierdere. Subliniați faptul că ei nu trebuie să arate lucrările lor celorlalți, decît dacă doresc. După ce lucrările au fost realizate, discutați aspecte legate de ele. Această activitate poate contribui la procesul de vindecare. Țineți minte că elevilor trebuie să li se dea prilejul să aleagă dacă vor sau nu să participe.

O cale alternativă de a realiza această activitate este aceea de a cere elevilor să scrie o povestire sau o poezie despre ce anume pot copiii să piardă într-un război.

**ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII**

* A fost greu să vă imaginați ce să desenați?
* Cum v-ați simțit înainte de a realiza lucrarea?
* Ce fel de gînduri v-au trecut prin minte în timp ce ați realizat lucrarea?
* Cum vă simțiți acum, după ce lucrarea a fost terminată?

**ATENȚIE:** Dacă vi se pare că un elev are o problemă serioasă, din cauza unei pierderi (de exemplu, a unui membru de familie etc.), căutați să-i acordați un ajutor psihiatric. Dacă acest lucru nu este posibil, fiți atenți la nevoile copilului. S-ar putea să vă fie de folos anumite competențe de comunicare prezentate în Capitolul al III-lea.

## *CINE SUNT EU?*

### *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili să-și exprime gîndurile și sentimentele lor despre problemele lor personale.

### *CONCEPTE-CHEIE*

Mîndrie
Respect de sine

### *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Această activitate este concepută pentru a-i obișnui în mod conștient pe elevi cu sentimente și gînduri despre problemele lor personale. Elevii își vor da seama că au numeroase calități și vor putea reflecta la calitățile admirabile ale altora.

### *MATERIALE*

Fișa de lucru a elevilor „Cine sunt eu?“ și creioane

### *ACTIVITATE*

1. Puneți-i pe elevi să completeze Fișa de lucru „Cine sunt eu?“, cerîndu-le să răspundă sincer. Explicați-le că li se va cere să împărtășească doar una dintre calitățile oamenilor pe care îi admiră cel mai mult. Spuneți-le că nimeni, nici măcar dumneavoastră, profesorul, nu se va uita la ceea ce este scris pe fișă.
2. După ce elevii au completat fișa de lucru, cereți-le să împărtășească una dintre calitățile pe care au arătat că o admiră. Scrieți-le pe acestea pe tablă. Dacă apar repetiții, însemnați cu o linie fiecare menționare, pentru a arăta cîți elevi s-au referit la acea calitate.
3. După ce elevii răspund la întrebările pentru facilitarea discuțiilor, spuneți-le că pot face ce doresc cu fișele lor.

### *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

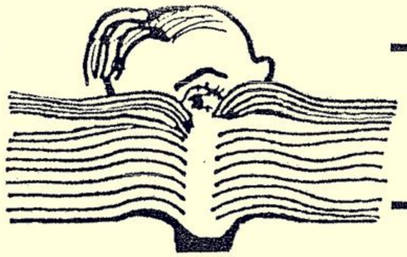
Informațiile pot fi împărtășite în funcție de ceea ce credeți că este cel mai bine pentru elevii dumneavoastră. Fiecare are de cîștigat dacă oamenii împărtășesc astfel de lucruri: cu ce anume ne mîndrim și pe cine admirăm. Aveți grijă să creați un mediu de lucru în care elevii se simt în siguranță și încurajați. Dacă în clasa dumneavoastră sunt mai puțin de zece elevi, această activitate poate fi realizată sub forma unei discuții. Dacă clasa dumneavoastră este numeroasă, puteți să o împărțiți în grupe mici de cîte patru sau șase elevi. Elevii pot discuta răspunsurile lor în aceste grupe mici.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* A fost greu să răspundeți la întrebările de pe fișă? Explicați.
* V-ați simțit stînjeniți sau vi s-a părut greu să scrieți lucruri pozitive despre voi înșivă, chiar dacă nimeni nu va citi ce ați scris? Explicați.
* Cum vi se pare să vă folosiți timpul pentru a vă gîndi la calitățile voastre?

Puneți-i pe elevi să citească calitățile scrise pe tablă. Întrebați-i:

* Ce vă spune lista despre tipurile de oameni pe care îi admirați? (Lista include, de obicei, numai trăsături pozitive.)
* Admirăm și trăsături negative ale oamenilor? Explicați.



## FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR

*Numele* _____ *Data* _____

***Oamenii de care îmi pasă cel mai mult în viață sunt...***

***Mă simt mîndru de mine cînd...***

***Sunt o persoană plăcută pentru că...***

***Oamenii pe care îi admir cel mai mult în viață sunt...***

***Calitățile pe care le admir cel mai mult la ei sunt...***

***Două din cele mai remarcabile calități ale mele sunt...***

***Unul dintre lucrurile cele mai bune pe care le-am făcut vreodată a fost...***

## OBIECTIVE

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să descrie experiențe de viață pozitive și negative care i-au influențat;
2. să identifice emoții legate de diferite experiențe de viață;
3. să relateze despre evenimente obișnuite din viață.

## CONCEPTE-CHEIE

Atitudini
Comportamente
Sentimente
Legături de grup
Respect de sine
Încredere
Valori

## INFORMAȚII PRELIMINARE

Cu toții avem experiențe unice, pentru că fiecare are propria sa viață. Cu toate acestea, avem în comun anumite experiențe, precum copilăria. Prin intermediul activității următoare, elevii vor reuși să înțeleagă experiențele lor unice și pe cele pe care le au în comun cu alții, ceea ce contribuie la formarea spiritului de grup.

## MATERIALE

Hîrtie și creioane

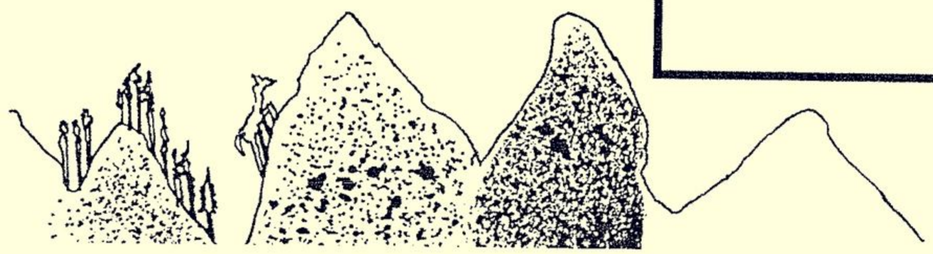
## ACTIVITATE

1. Împărțiți clasa în grupe de cîte patru sau cinci elevi. Fiecare grupă se va îndrepta spre un spațiu separat din încăpere, unde membrii ei se vor așeza în cerc.

### INDICAȚII PENTRU PROFESORI

Aceasta este o activitate emoțională; ea trezește sentimentele elevilor și creează o atmosferă în care aceștia se deschid spre ceilalți și împărtășesc diferite lucruri. Pentru ca activitatea să fie realizată în mod eficient, poate fi util să realizați mai întîi o activitate de încălzire.

După ce elevii au completat desenele, puteți să le cereți să încercuiască toate evenimentele pe care au putut să le controleze sau să le aleagă în viață. De exemplu, elevii nu au controlul asupra morții naturale a bunicilor. Ați putea deschide o discuție despre relațiile dintre evenimentele din viețile elevilor și despre posibilitatea de control pe care ei au avut-o asupra acestor evenimente.



2. Elevii desenează o casetă în stînga hîrtiei lor și scriu data nașterii.
3. Elevii desenează o casetă și în partea dreaptă a hîrtiei și scriu data curentă.
4. Cereți elevilor să se gîndească la cele mai mari evenimente — atît pozitive, cît și negative — care le-au influențat profund viața.
5. Elevii trag o linie de la caseta din stînga paginii la caseta din dreapta paginii. Pentru fiecare eveniment pozitiv, elevii desenează o linie deasupra acestei linii principale, astfel încît desenul va semăna cu un munte. Pentru fiecare eveniment negativ, elevii trasează o linie sub linia principală, astfel încît aceasta să semene cu o vale, ca o adîncitură. Cu cît este evenimentul mai neplăcut, cu atît valea ar trebui să fie mai adîncă.
6. Elevii ar trebui să numească și să dateze fiecare eveniment.
7. După ce fiecare elev din grup și-a desenat linia vieții, elevii explică în mod individual linia ei/ lui celorlalți din grup. Insistați ca fiecare să asculte atent în timp ce unul dintre elevi vorbește.
8. Citiți următoarele întrebări pentru stimularea discuției întregii clase. Fiecare elev/ elevă ar trebui să spună celorlalți din grupă ce răspunsuri a dat la întrebări.

* Ce eveniment din viața voastră ați vrea să se repete?
* Cum ar arăta o viață perfectă pentru voi?
* Ce evenimente aveți în comun cu alți elevi?

---

Adaptare cu permisiune după Folk, Betsy E. și Myrick, Robet D. **Peervention. Educational Media Corporation**, Minneapolis, MN, 1991.





## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să alcătuiască o listă a reușitelor lor;
2. să vorbească în fața colegilor de clasă;
3. să exprime păreri pozitive despre ei înșiși în fața celorlalți.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Atitudini
Comportamente
Sentimente
Mîndrie
Respect de sine
Valori

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

O recunoaștere evidentă, în limitele normalității, a calităților pozitive ale cuiva este legată de un nivel înalt al respectului de sine. Cu alte cuvinte, o persoană care are încredere în ea și care se prețuiește are adeseori un mare respect de sine.

Această activitate permite elevilor să proclame „în mod public" cîteva dintre caracteristicile lor pozitive în fața întregii clase. Prin acest demers, elevii își dezvoltă sentimentul propriei valori, deoarece clasa îi ascultă cu atenție.

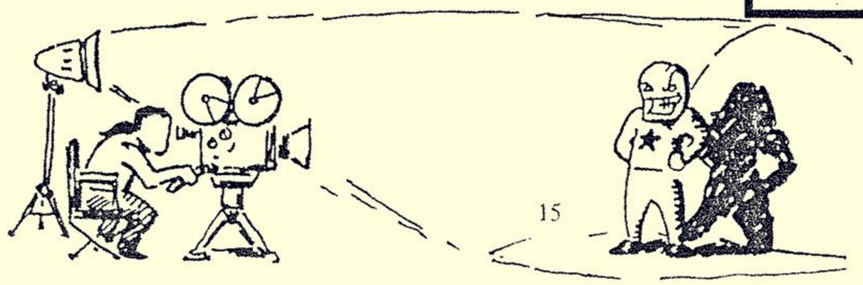
De asemenea, această activitate le permite elevilor să-și construiască nivelurile de încredere: elevii trebuie să-și mobilizeze întreaga putere pentru a spune clasei ceva pozitiv despre ei înșiși. Este nevoie de multă încredere și de mult curaj ca să te ridici în fața clasei și să spui ceva bun despre tine însuți!

## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Această activitate se poate desfășura foarte bine dacă creați o atmosferă caldă, deschisă. Înainte de realizarea acestei activități: 1) s-ar putea să fie de folos să realizați o activitate de încălzire și 2) să le cereți elevilor să-i ajute pe toți; nu este voie să se facă comentarii răutăcioase despre nici unul dintre colegi.

Lămuriți elevii că nimeni nu va fi obligat să participe. Dacă elevii se simt stînjeniți sau timizi, puteți să-i invitați să relateze despre realizările lor fără să stea pe un scaun.

Dacă credeți că elevii se simt stînjeniți „să se laude" în fața colegilor, faceți apel la indicațiile pentru profesori de la lecția „Cum ne dezvoltăm respectul de sine?".



## *MATERIALE*

Un scaun solid (plasat în fața clasei), creioane, hîrtie

## *ACTIVITATE*

1. Spuneți elevilor că au șansa să joace într-un film extrem de important, care va putea fi vizionat în întreaga lume. Dacă vor primi rolul, vor putea juca alături de vedete renumite. Ca să dea probe pentru rol, elevii trebuie să facă următoarele:

   A. Să facă o listă cu cinci lucruri pe care le-au realizat în viață, de care sunt mîndri. De exemplu, elevii pot fi mîndri de felul în care se înțeleg cu prietenii sau cu familia, de faptul că își termină întotdeauna temele etc.

   B. Elevii vor selecta din lista lor realizarea cu care se mîndresc cel mai mult.

   C. Profesorul urmează să aleagă un voluntar, care să stea pe scaun, în fața clasei. Elevul spune: „Nu vreau să mă laud, dar...". Ea/ el completează propoziția, menționînd o anumită realizare. Celorlalți elevi din clasă li se spune că sunt regizori, astfel încît trebuie să asculte ce are actorul de spus.

   D. După ce primul elev a terminat, clasa aplaudă și acesta se duce la loc. Următorul elev în ordine alfabetică se urcă pe scaun și explică ceea ce a realizat.

   E. Acest mod de lucru continuă pînă cînd fiecare elev din clasă a avut posibilitatea de a se ridica pe scaun și de a vorbi.

   F. După ce audițiile au luat sfîrșit, elevilor din clasă li se cere să se aplaude. Acest lucru îi va ajuta să se relaxeze înainte de începerea discuțiilor pe bază de întrebări.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Cum v-ați simțit stînd pe scaun și împărtășindu-vă realizările?
* Ați fost nervoși sau v-a fost teamă să vorbiți în fața întregii clase? Explicați.
* Cum a fost atunci cînd i-ați ascultat pe ceilalți?
* Credeți că fiecare a simțit la fel cînd s-a ridicat pe scaun și a vorbit? Explicați.
* Credeți că ați primit rolul în film? Explicați.



# *PERSOANELE DEOSEBITE ALE SĂPTĂMÎNII*

## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să explice ce înseamnă să fim deosebiți;
2. să descrie cum ne simțim cînd suntem lăudați;
3. să exprime cum ne simțim cînd lăudăm pe altcineva.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Mîndrie
Respect de sine
Valori

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Elevii spun de multe ori lucruri răutăcioase unii despre ceilalți, de exemplu, cînd se tachinează reciproc. Acest lucru poate să-i facă pe elevi să se simtă vexați sau, în cel mai bun caz, să creadă că nu sunt apreciați. Activitatea care urmează încearcă să-i facă pe elevi să înțeleagă cît de importante sunt aprecierile pozitive pentru propria imagine despre sine.

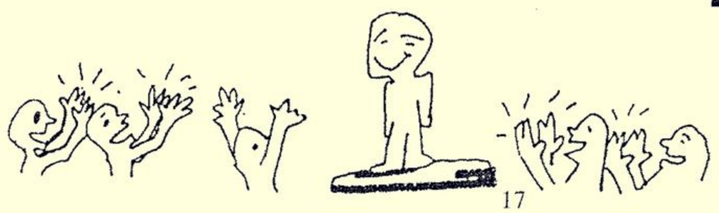
## *MATERIALE*

Hîrtie și creioane

## *ACTIVITATE*

1. Spuneți elevilor că în fiecare săptămînă vor fi trei persoane deosebite ale săptămînii, alese la întîmplare. (Vă puteți alege singuri metoda după care îi selectați pe acești elevi.) Numele acestor elevi vor fi scrise pe o tăbliță agățată pe perete. Elevii vor avea posibilitatea să decidă dacă vor sau nu să devină persoanele deosebite ale săptămînii.

2. Elevilor li se va da de asemenea posibilitatea de a hotărî cum vor fi „onorate" persoanele deosebite ale săptămînii. De exemplu, elevii ar putea să le adreseze un compliment ori de



## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Această activitate s-ar putea să aibă rezultate mai bune în unele clase în funcție de maturitatea socială a elevilor.

În situația în care activitatea se poate realiza fără probleme, ea va merge foarte bine. S-ar putea să constatați că elevii au rezerve în ceea ce privește complimentarea deschisă în scris; dar odată ce vor vedea evaluările pozitive, se vor simți mîndri și fericiți.

Există și posibilitatea ca elevii să necăjească persoanele deosebite ale săptămînii. Dacă observați că elevii se tachinează reciproc, puteți modera o discuție despre ce înseamnă să tachinezi pe cineva sau să fii tachinat. Puteți pune întrebări, precum: De ce obișnuiesc oamenii să tachineze? Cum vă simțiți cînd sunteți tachinați? Ce fel de persoană ar putea fi cea/ cel care îi tachinează pe alții?

cîte ori se întîlnesc cu ele. Ei ar putea să le spună acestora că au impresia că persoanele deosebite au un zîmbet plăcut sau că sunt foarte deștepte. Faceți-i pe elevi să înțeleagă că aceste complimente trebuie să fie sincere și exprimate cu onestitate. Avem cu toții calități și părți tari. Ceilalți ar putea să vadă aceste părți tari ale noastre altfel decît le vedem noi înșine. Această activitate ne permite să învățăm într-un mod plăcut despre felul în care ne văd ceilalți.

Numele persoanelor deosebite ale săptămînii ar putea să fie afișate pe un perete. În cursul săptămînii, elevii ar putea adăuga observații laudative pe hîrtie.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

(Aceste întrebări ar putea fi puse la sfîrșitul fiecărei săptămîni sau oricînd credeți că ar fi bine să le puneți.)

* Cum vă simțiți în situația de a fi una dintre persoanele deosebite ale săptămînii?
* Ce motive ar putea avea cineva, desemnat ca persoană specială a săptămînii, să se simtă mai deosebit?
* Este posibil să ne simțim tot timpul deosebiți? În ce fel?
* De ce este o persoană deosebită?
* Cum v-ați simțit să faceți complimente cuiva?
* Cum v-ați simțit cînd vi s-au făcut complimente?
* De ce este uneori greu să acceptăm complimentele cuiva?



## *CÎND ESTE VORBA DESPRE MINE, DESPRE CÎȚI OAMENI ESTE VORBA, DE FAPT?*

### *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să definească termenul de imagine de sine;
2. să pună în relație termenul de imagine de sine cu ei înșiși;
3. să descrie factorii complecși care influențează imaginea lor de sine.

### *CONCEPTE-CHEIE*

Gîndire analitică
Atitudini
Imagine de sine
Respect de sine

### *INFORMAȚII PRELIMINARE*

**Imaginea de sine este modul în care fiecare dintre noi se vede pe sine. Ea este formată din atitudinile, din percepțiile și din ideile noastre despre noi înșine.** Fiecare elev (și fiecare persoană din lume) are o imagine de sine unică, de aceea fiecare elev este unic[1]. Niciodată doi oameni nu vor vedea lucrurile în exact același fel. De exemplu, este posibil ca fiecare elev din clasă să fie în stare să-l vadă pe profesor, dar fiecare dintre ei îl vede dintr-o perspectivă diferită. S-ar putea ca băiatul care stă în colțul clasei să vadă numai profilul drept al profesorului, în timp ce fata din primul rînd să poată vedea în întregime fața profesorului. În același fel, fiecare elev are o imagine de sine unică, bazată parțial pe experiențe pe care le-a împărtășit cu ceilalți. Putem să participăm cu toții la o activitate, dar nu vom avea cu toții aceleași sentimente în timp ce activitatea are loc.

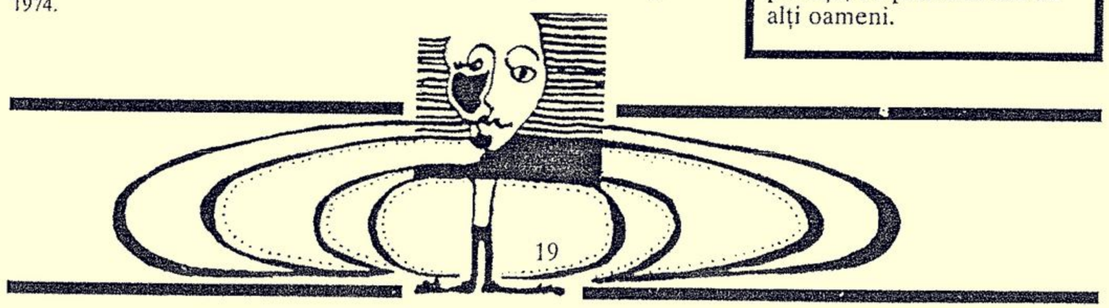
[1] Felker, Donald. **Building Positive Self-Concepts,** Burgess Publishing, 1974.

### *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Această activitate s-ar putea să fie potrivită mai mult pentru elevi mai în vîrstă, mai maturi din punct de vedere intelectual. Accentul în această activitate cade pe necesitatea de a-i face pe elevi să analizeze o anumită temă.

Dacă elevii dumneavoastră sunt mai mici, puteți realiza o adaptare a activității. Mai întîi, ați putea să le explicați ce se înțelege prin imaginea de sine. După aceea, elevii ar putea să realizeze un desen care să ilustreze imaginea lor despre ei înșiși. Împărțiți în grupe mici de 4 sau de 6, ei ar putea să-și arate desenele unii altora.

De asemenea, în cazul elevilor mai mici, ați putea da exemple în cadrul activității despre felul în care oamenii acționează/ se comportă în mod diferit, în funcție de situație. De exemplu, elevii se comportă altfel cu părinții, cu prietenii sau cu alți oameni.



De asemenea, imaginea de sine ajută fiecare persoană să-şi păstreze stabilitatea şi consistenţa (respectiv caracterul necontradictoriu al relaţiei dintre felul de a fi şi acţiune). De exemplu, dacă cred că sunt o persoană bună, multe din acţiunile mele vor purta această amprentă pozitivă, deoarece voi avea o imagine pozitivă despre mine. Dimpotrivă, dacă imaginea mea despre mine ar fi rea sau dacă m-aş considera inferior, reacţiile mele vor fi în consecinţă, probabil, ostile şi insolente. De aceea, activitatea care urmează pune accentul pe cum să înţelegem şi cum să potenţăm imaginea de sine pozitivă a cuiva.

Această activitate ne permite să analizăm critic modul în care ne vedem pe noi înşine. Este prezentat un citat care ne ajută să înţelegem cît de variate pot fi felurile de a gîndi despre noi înşişi.

## *MATERIALE*

Tablă şi cretă

## *ACTIVITATE*

1. Scrieţi pe tablă citatul următor, explicînd elevilor că el îi aparţine unui psiholog renumit, William James:

   ***„Ori de cîte ori se întîlnesc doi oameni, sunt prezenţi, de fapt, şase — e vorba de fiecare bărbat (sau femeie) aşa cum se vede el/ea, aşa cum este văzut/văzută de ceilalţi şi de cum este el/ea în realitate".***

   (William James, **Principles of Psychology;** New York: Holt, 1890. 2 Vols.)

2. Scrieţi pe tablă cuvîntul imagine de sine.
3. Discutaţi cu elevii înţelesul lui (puteţi să vă referiţi la ideile prezentate în informaţiile / observaţiile preliminare).
4. Împărţiţi-i pe elevi în perechi.
5. Spuneţi-le că vor avea la dispoziţie aproximativ 10 minute pentru a se pune de acord în privinţa a ceea ce a vrut să spună William James în acest citat şi asupra legăturii dintre citat şi imaginea noastră despre noi.
6. Fiecare pereche explică pe scurt ce crede despre înţelesul citatului şi despre legătura sa cu imaginea de sine.
7. Împărţiţi elevii în grupe de cîte trei. Cereţi-le să discute:
   * Ce înseamnă să fii o persoană fericită?
   * Cum este influenţată imaginea de sine a fiecăruia de legăturile cu prietenii, profesorii, cu rudele şi cu părinţii?
   * Care ar fi cîteva căi diferite de acţiune pe care oamenii le-ar considera importante?
8. Adunaţi-i pe toţi elevii într-un cerc mare. Cereţi fiecărei grupe să-şi prezinte răspunsurile la întrebările de mai sus.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUŢII

* Ce fel de lucruri vă influenţează imaginea despre voi?
* Atenţie: aveţi grijă ca fiecare elev să răspundă la această întrebare în mod concret. (De exemplu, dacă cineva răspunde spunînd „atitudini", cereţi-i să precizeze ce fel de atitudini.)
* Ce legături există între imaginea despre sine şi conţinutul citatului de pe tablă?
* Cît de pozitivă credeţi că este propria voastră imagine de sine?
* În ce fel ar putea oamenii să încerce să-şi îmbunătăţească propria imagine de sine?
* Care sunt semnele care ne arată că cineva are o foarte bună imagine de sine?



# *DESPRE CUM SĂ PURTĂM O DISCUŢIE POZITIVĂ CU NOI ÎNŞINE*

## *OBIECTIVE*

În urma realizării acestei lecţii, elevii vor fi capabili să recurgă la discuţia pozitivă cu ei înşişi, văzută ca o tehnică eficientă, care ne ajută să ne creăm o imagine de sine pozitivă.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Imagine de sine
Respect de sine

## *INFORMAŢII PRELIMINARE*

Elevii învaţă foarte devreme de la părinţi, de la prieteni şi de la profesori cum să se critice şi cum să se învinovăţească. Dacă elevii vor reuşi să transforme anumite gînduri negative în unele pozitive, ei vor fi în stare să-şi îmbunătăţească propria imagine de sine. Elevii cu o imagine de sine mai bună vor fi în stare să abordeze în mod constructiv problemele cu care sunt confruntaţi acasă, la şcoală sau în altă parte.

Activitatea care urmează este gîndită pentru a-i ajuta pe elevi *să poarte discuţii pozitive cu ei înşişi.* Cu alte cuvinte, prin această activitate urmărim să-i facem pe elevi să înţeleagă că preţuirea de sine este benefică pentru propria imagine de sine.

Pentru ca această activitate să aibă succes, dumneavoastră, ca profesori, trebuie să aveţi un rol activ în formarea acestor competenţe. Elevii îi privesc pe profesorii lor ca modele pentru diferite roluri; deoarece de multe ori elevii imită aceste modele, veţi avea o sarcină specifică: *în calitate de profesori, nu va trebui doar să-i încurajaţi pe elevi să se preţuiască pe ei înşişi, ci va trebui să vă şi lăudaţi deschis şi răspicat propriile trăsături pozitive.*

*De ce?* Pentru că trebuie să prezentaţi elevilor modelul acestei competenţe pe care doriţi să le-o formaţi lor. După cum arăta Donald Felker, un expert în imaginea de sine, „imaginaţi-vă pentru un moment o profesoară care se ridică şi spune:

## *INDICAŢII PENTRU PROFESORI*

Explicaţi elevilor că discuţia pozitivă cu noi înşine este altceva decît a ne umfla în pene, minimalizînd de multe ori alte persoane sau meritele acestora. Laudele pot fi exagerate sau mincinoase. Explicaţi-le, de asemenea, că vor învăţa să se laude, într-un sens pozitiv, prin intermediul activităţii „Cum ne dezvoltăm respectul de sine?".

Această activitate are o contribuţie importantă în a-i ajuta pe elevi să-şi dezvolte o imagine de sine pozitivă. Avînd rolul de model pentru elevi, dumneavoastră, profesorii, ar trebui să le daţi exemplu în fiecare zi de ce înseamnă capacitatea de autoapreciere pozitivă.

Pentru o explicaţie detaliată a imaginii de sine, vezi Informaţiile preliminare de la activitatea „Cînd este vorba despre mine, despre cîţi oameni este vorba, de fapt?".

„Aceasta este calea de rezolvare a problemei". Ea așteaptă cîteva secunde, apoi spune: „Acum vedeți cu toții?". Dar nimeni nu vede absolut nimic, deoarece profesoara a rezolvat problema în mintea ei".[1]

Vă oferim un exemplu despre cum poate fi individualizată imaginea:

Profesorul: „Andrei, ai făcut o lucrare foarte bună. Ce ți-ai spune ție însuți?".

Elevul: „Nu prea știu".

Profesorul: „Ei bine, ce crezi că ți-aș spune eu? Spune-ți ție ce crezi că ți-aș spune eu".

## *MATERIALE*

Nu este nevoie

## *ACTIVITATE*

1. Discutați cu elevii despre faptul că este important să învățăm să ne prețuim pe noi înșine. A spune lucruri bune despre tine este ca și cum te-ai autorăsplăti cînd simți că ai făcut un lucru bun și că meriți să fii lăudat. Timp de cîteva minute, cereți elevilor să se laude pe ei înșiși cu voce tare, pînă cînd este clar că toți au înțeles despre ce este vorba. După aceea, elevii vor purta în minte o discuție cu ei înșiși.
2. Dumneavoastră, profesorul, ar trebui să începeți prin a vă lăuda priceperea în domenii care nu vă sunt foarte apropiate. De exemplu, ați putea spune: „Chiar îmi place cum v-am așezat desenele pe perete".
3. Faceți o listă cu propozițiile de laudă ale elevilor dumneavoastră și atîrnați-o pe perete. O propoziție model ar putea fi: „Am fost mîndru/mîndră de mine astăzi cînd...".
4. Stabiliți obiective. De exemplu, cereți clasei să se laude pe sine o dată pe zi. Este de asemenea posibil să întrebați clasa: „Ce clasă crede că este cea mai bună?", iar elevii să răspundă: „Clasa noastră crede că ea este cea mai bună!".

**ACTIVITATE SUPLIMENTARĂ**

Împărțiți clasa mai întîi în grupe de cîte 7-10 elevi. Fiecare grupă să formeze un cerc. Cereți fiecărui elev să se gîndească în mod individual la o calitate proprie care îi place.

În al doilea rînd, în fiecare grupă, elevii își vor compara mărimea mîinilor. Elevul/ eleva cu mîna cea mai mică va fi primul/ prima în prezentarea calității care îi place cel mai mult la el/ ea.

În al treilea rînd, mergînd în direcția acelor de ceasornic, fiecare elev va prezenta celorlalți calitatea care îi place la el/ ea și va repeta calitățile prezentate de către ceilalți, în ordinea în care au fost expuse.

[1] Citare cu permisiune după Felker, Donald. **Building Positive Self-Concepts**, Burges Publishing, 1974.



# *EU ȘI OGLINDA*

## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să explice diferența dintre o concepție pozitivă și una negativă asupra vieții;
2. să scoată în evidență aspecte pozitive ale unor situații și experiențe care par să fie negative;
3. să exprime gînduri în sistemul „brainstorming".

## *CONCEPTE-CHEIE*

Brainstorming („Furtună în creier")
Imagine de sine
Respect de sine

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Imaginea de sine ni se formează de la naștere. Ea este influențată de felul în care arătăm, de felul în care ne purtăm și de felul în care alții se comportă cu noi. Este foarte important ca elevii să înțeleagă că imaginea de sine se formează; din această cauză, ea se poate schimba și poate să devină una (mai) pozitivă. Activitatea care urmează îi învață pe elevi cum să pună accentul pe aspectele pozitive ale experiențelor/ situațiilor de viață.

De asemenea, activitatea reprezintă o introducere a elevilor în metoda brainstorming-ului, ceea ce înseamnă o cale simplă și eficientă de generare a ideilor. În multe situații de conflict, oamenii pot avea impresia că nu există nici o soluție eficientă pentru rezolvarea problemei lor. Cu toate acestea, prin brainstorming poate fi găsită o listă de soluții, de rezolvări creative și eficiente.

## *MATERIALE*

Cretă și tablă

## *ACTIVITATE*

1. Scrieți pe tablă cuvîntul „brainstorming". Explicați elevilor că este uneori greu să ne gîndim la anumite lucruri, de aceea este

## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

În timpul acestei activități, elevii se pot gîndi la probleme delicate care apar în viață. Din acest motiv, este important ca elevii să lucreze într-un mediu prietenos, în care se simt încurajați. Cereți elevilor să se asculte, să se respecte și să nu se tachineze reciproc.

Pentru imaginea de sine, vezi informațiile preliminare oferite în cadrul celor două activități prealabile.

După realizarea acestei activități, puteți discuta cu elevii de ce este de multe ori mai ușor să spunem lucruri neplăcute despre ceilalți sau despre noi în loc să spunem lucruri bune, plăcute.

Pentru a întări efectul acestei activități, ea ar putea să fie reluată.

de folos să folosim metoda brainstorming-ului. Prezentați elevilor cele patru reguli ale metodei „brainstorming“:

* **Notează fiecare idee pe care o poți gîndi.** Unele idei s-ar putea să pară nebunești sau imposibil de realizat, dar acest lucru nu este rău. Uneori, cele mai năstrușnice idei ne determină să ne gîndim la alte idei cu efect deosebit.
* **Gîndește-te la cît se poate de multe idei.** Cu cît ne vin în minte mai multe idei, cu atît cresc șansele să găsim ideile folositoare.
* **Nu judeca nici o idee ca bună sau rea.**
* **Nu vorbi și nu gîndi despre aceste idei.** Tot ce ai de făcut este să le notezi.

2. Cereți elevilor să împartă în două o foaie de hîrtie. În coloana din stînga, vor nota în sistemul brainstorming experiențele și situațiile negative din viața lor.
3. În coloana din dreapta, vor nota în același sistem aspecte pozitive ale acelorași experiențe și situații de viață. De exemplu, un elev ar putea scrie în coloana din stînga: „Părinții se răstesc la mine cînd iau note proaste“. În coloana din dreapta, același elev ar putea scrie: „Părinților mei le pasă de mine și vor ca eu să învăț bine la școală“.
4. Discutați cu elevii despre cît este de important să interpretăm pozitiv situațiile de viață.
5. Dați elevilor următorul exemplu despre cum să scoatem în evidență aspectele pozitive ale situațiilor:

   Situația: Andrei, cel mai bun prieten al tău, a rugat-o pe Diana să joace fotbal cu el și nu te-a rugat pe tine.

   Interpretare negativă: „Andrei nu m-a rugat pe mine. Cred că nu sunt destul de iute. Și nu sunt atît de amuzant sau de drăguț ca Diana“.

   Interpretare pozitivă: „Chiar dacă Andrei nu m-a chemat să joc fotbal cu el, știu că sunt un jucător bun și o persoană simpatică, drăguță“.
6. Cereți elevilor să formeze perechi. Aveți grijă ca perechile să fie separate unele de altele. Elevii vor sta în perechi față în față.
7. Oferiți elevilor diferite situații. În pereche, unul dintre elevi va da un exemplu de aspect negativ implicat de situația respectivă. Celălalt elev va scoate în evidență un aspect pozitiv al aceleiași situații. Cu alte cuvinte, o persoană explică situația dintr-o perspectivă negativă, apoi cealaltă persoană reflectă în oglindă poziția primeia, reinterpretînd însă situația într-o lumină pozitivă.

   Situații posibile:

* Ați uitat să faceți ce v-a rugat mama.
* Ați luat o notă proastă la o lucrare.
* Rugați un prieten/ o prietenă să se joace cu voi și acesta/ aceasta vă refuză.
* Dumneavoastră și clasa puteți să vă gîndiți și la alte situații!

**ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII**

* Cum vă simțiți cînd aveți o concepție pozitivă despre viață?
* Care ar putea să fie acele gînduri negative greu de „convertit“ în unele pozitive? (Cereți elevilor să gîndească prin brainstorming cum să transformăm gînduri negative în gînduri pozitive.)
* Cum ați putea să folosiți metoda brainstorming-ului într-o situație de conflict? Cereți clasei să descrie un conflict specific și să se gîndească în sistem brainstorming la posibile rezolvări ale acestuia.

---

Adaptare cu permisiune după Felker, Donald. **Building Positive Self-Concepts,** Burges Publishing, 1974.



# *NE ÎNCREDEM ÎN ÎNCREDERE*

## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să arate care sunt calitățile esențiale pentru a avea încredere în oameni;
2. să genereze idei în sistemul brainstorming.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Brainstorming
Respect de sine
Încredere

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

O parte importantă din procesul de maturizare a elevilor se produce prin colaborarea cu ceilalți. În această activitate, elevii gîndesc despre încredere și despre cei în care au destulă încredere pentru a le împărtăși gîndurile personale. Încrederea se definește ca posibilitatea de a ne baza cu nădejde pe o altă persoană.

## *MATERIALE*

Fișa de lucru a elevilor „Ne încredem în încredere“, creioane, hîrtie

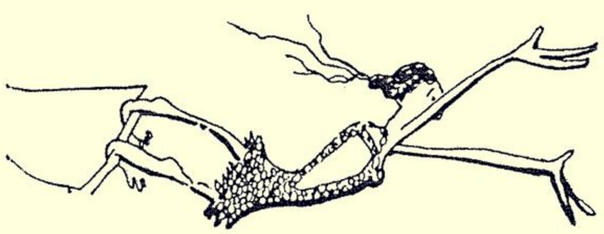
## *ACTIVITATE*

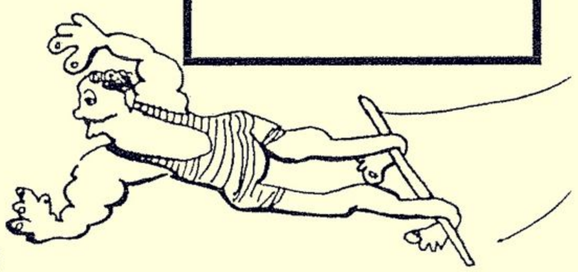
1. Cereți elevilor să noteze cinci calități pe care ar trebui să le aibă o persoană pentru a avea încredere în ea. De exemplu, astfel de calități ar putea fi: sensibilitate, inteligență, grija față de ceilalți, cinste, loialitate ș.a.m.d.
2. Împărțiți elevii în grupe de cîte 4 sau 6.

## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Puteți discuta cu elevii ce fel de trăsături ale cuiva ne determină să nu avem încredere în acea persoană. De exemplu, puteți întreba elevii ce se întîmplă dacă cineva în care au încredere spune sau face un lucru neplăcut pentru ei sau nedrept față de ei. Cum se simt ei în astfel de situații?

O altă lecție importantă despre încredere este „Fii atent la pașii tăi“.





3. Cereți elevilor să prezinte unii altora și să discute calitățile notate pe listă.
4. Cereți fiecărei grupe să se pună de acord asupra a două calități care i se par a fi cele mai importante pentru a putea avea încredere în cineva.
5. Cereți fiecărei grupe să raporteze opțiunile membrilor ei.
6. Cereți elevilor să completeze fișa de lucru „Ne încredem în încredere".
7. Explicați modul de lucru prin metoda brainstorming. Scrieți pe tablă cele patru reguli ale metodei. (Aceasta este explicată în lecția precedentă.)
8. Cereți elevilor să utilizeze metoda brainstorming și să folosească cît se poate de multe cuvinte pentru a descrie persoanele în care au încredere. Scrieți toate cuvintele pe tablă. După ce elevii nu vor mai fi în stare să găsească alte cuvinte, puteți include în listă cuvinte la care aceștia nu s-au gîndit.





## *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele* _____ *Data* _____

***Ce se înțelege prin încredere*** _____

_____

_____

_____

***Oamenii în care am încredere sunt*** _____

_____

_____

_____

***Am încredere în ei pentru că*** _____

_____

_____

***Oamenii care au încredere în mine sunt*** _____

_____

_____

_____

***Ei au încredere în mine pentru că*** _____

_____

_____

_____

# *SCAUNUL ÎN CARE TE SIMȚI BINE*

## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să definească conceptul de respect de sine;
2. să lege conceptul de respect de sine de propria persoană;
3. să explice în ce fel este legat respectul de sine de conflicte.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Atitudini
Comportament
Analiza conflictelor
Sentimente
Respect de sine

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Respectul de sine (respectiv, felul în care cineva se simte în raport cu el însuși) influențează felul în care o persoană acționează și reacționează în situații de conflict. Să presupunem că doi elevi tocmai au luat o notă proastă la o lucrare și că ei cred despre ei că nu sunt buni de nimic. Dacă vor fi implicați într-o situație conflictuală, probabil că se vor purta cu totul altfel decît în situația în care ar fi luat o notă bună și s-ar fi simțit bine în pielea lor.

## *MATERIALE*

Un scaun (așezat în fața clasei) și Fișa de lucru a elevilor „Scaunul în care te simți bine"

## *ACTIVITATE*

1. Înainte de a începe activitatea: a) decupați cele șase descrieri diferite din Fișa de lucru a elevilor „Scaunul în care te simți bine", b) așezați un scaun în fața clasei și c) scrieți pe tablă întrebările pentru discuții (propuse la sfîrșitul lecției).

## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Înainte de a realiza această activitate, este poate util să faceți apel la un exercițiu de încălzire.

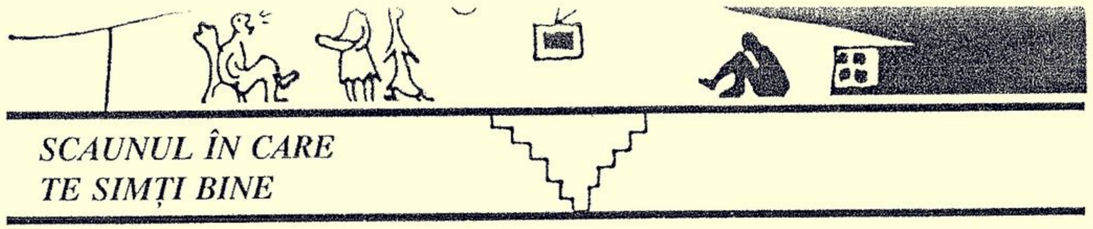
În timpul activității și al discuției, subliniați importanța respectului de sine. Este foarte sănătos să credem despre noi că suntem persoane bune, unice. Aveți grijă ca elevii să nu tragă concluzia că este rău să ai o mare doză de respect de sine, pe cînd a avea doar puțin respect de sine este bine.

2. Cereți elevilor să arate ce cred ei că este respectul de sine. Explicați-le că respectul de sine se referă la felul în care ne raportăm la noi înșine. De exemplu, cînd suntem mulțumiți și mîndri de noi, avem un respect de sine ridicat. Dacă avem impresia că suntem niște ratați lipsiți de valoare, avem un respect de sine scăzut. Cei mai mulți dintre noi avem și perioade cînd respectul de sine este ridicat, dar și perioade cînd respectul de sine este scăzut. Unii oameni au un respect de sine mai ridicat decît alții. Iată și o veste bună pentru cineva care are impresia că respectul său de sine este scăzut: nivelul respectului de sine poate să se schimbe!
3. Distribuiți în mod aleator elevilor descrierile de pe fișă.
4. Cereți elevilor cu numerele #1 și #2 să meargă în fața clasei. Explicați clasei că fiecare elev posedă pe bucata lui de hîrtie o descriere a unei persoane. Elevii care au primit hîrtiile vor simula că sunt persoanele descrise acolo.
5. Cereți fiecărui elev să citească cu voce tare descrierea de pe bucata de hîrtie.
6. Cereți elevilor să arate în cazul fiecărei descrieri dacă este vorba despre cineva cu nivel ridicat sau scăzut al respectului de sine. Discutați cu ei care sunt motivele pentru care ei gîndesc că o persoană are un respect de sine ridicat sau scăzut. De exemplu, puteți să-i întrebați pe elevi ce i-a determinat să gîndească precum că elevul cu numărul #2 are un respect de sine scăzut.
7. Spuneți elevilor #1 și #2 că tocmai au intrat în clasă. Fiecare este foarte obosit și ar vrea să se așeze. Dar în clasă nu se află decît un scaun. Jucînd rolul personajelor pe care le interpretează (respectiv, simulînd modul în care persoana pe care o interpretează ar reacționa în acea situație), elevii #1 și # 2 vor trebui să se certe pentru cine are dreptul să stea pe scaun. (Atrageți-le atenția că nu au voie să se îmbrîncească sau să se lovească.)
8. Repetați întreaga procedură (pașii 5-8) cu elevii #3 și #4 și apoi cu elevii #5 și #6.
9. Împărțiți elevii în grupe de cîte 4-6 și cereți-le să discute întrebările scrise pe tablă.
10. Cereți cîte unui reprezentant al fiecărei grupe să împărtășească clasei răspunsurile grupei respective.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

(Scrieți aceste întrebări pe tablă înainte de începerea lecției.)

* Cum sunt descriși elevii în cadrul activității, în comparație cu elevii din școală?
* Ce este respectul de sine? Cum diferă respectul de sine de îngîmfare?
* Cum acționează oamenii care au un respect de sine scăzut?
* Cum acționează oamenii cu un nivel ridicat al respectului de sine?
* Cum vor acționa oare oamenii cu un respect de sine ridicat în situația unui conflict?
* Cum vor acționa oare oamenii cu un respect de sine scăzut în cazul unui conflict?
* Credeți că un bătăuș are un respect de sine scăzut sau ridicat? De ce?
* Ce se întîmplă cînd doi oameni, avînd fiecare un respect de sine ridicat, ajung într-o situație de conflict? Oare cum vor proceda ei în mod tipic pentru a rezolva conflictul?
* Ce se întîmplă cînd doi oameni, avînd fiecare un respect de sine scăzut, ajung într-o situație de conflict? Oare cum vor proceda ei în mod tipic pentru a rezolva conflictul?
* Cum ar putea cineva cu un respect de sine scăzut să se simtă important(ă) sau deosebit(ă)?
* Ce fel de lucruri faci ca să fii mulțumit/ mulțumită de tine?



## *SCAUNUL ÎN CARE TE SIMȚI BINE*

### *FIȘA DE LUCRU A ELEVULUI*

*Numele*_____ *Data*_____

Elevul #1 Eu am o soră. Ea e supărată pe mine și mi-a spus că sunt prost. Și eu cred că sunt prost, dar nu spun asta celorlalți. Părinții îmi spun că nu mă străduiesc prea tare la școală. Dar zău că mă străduiesc, probabil însă, nu destul. Tocmai am aflat că am luat o notă proastă la lucrarea de la matematică. Nu mă simt prea fericit în aceste momente.

Elevul #2 Eu am o soră. Ea crede că sunt foarte deștept. Și eu cred despre mine că sunt deștept. Învăț sîrguincios și sunt mîndru de mine, chiar dacă nu iau note foarte mari. Știu că am depus întotdeauna tot efortul de care eram capabil. Părinții mei sunt bucuroși că învăț atît de mult. Am luat astăzi o notă bună la istorie.

Elevul # 3 Sunt cel mai bun fotbalist din echipă. Fratele meu s-a însurat ieri și întreaga familie este extrem de fericită. Profesoara mi-a spus că sunt un elev foarte bun. Săptămîna trecută am cîștigat un premiu pentru desenele mele frumoase.

Elevul #4 Îmi place să citesc, și săptămîna trecută am avut destul timp ca să citesc cartea mea preferată. Mă înțeleg foarte bine cu cel mai bun prieten al meu. Am luat o notă proastă la matematică, dar îmi dau seama că pur și simplu nu am talent pentru această materie. Deși am luat o notă proastă, sunt în continuare mulțumit de mine.

Elevul #5 Fiecare rîde de mine. Prietenii îmi spun că le pasă de mine, dar nu cred că le place cu adevărat de mine — nu le place chiar deloc. Părinții mei mă întreabă într-una de ce nu iau note la fel de bune ca sora mea mai mare. Mă străduiesc cît pot, dar chiar dacă iau note mari, ele nu sunt la fel de mari ca ale surorii mele. Cred că nu sunt bun de nimic.

Elevul #6 Săptămîna trecută am cîștigat un premiu pentru că sunt cel mai arătos băiat din întreaga clasă. Eu însă nu cred că arăt bine. Cred că sunt urît. Părinții îmi spun întruna cît sunt de deștept. Deși am rezultate bune la școală, nu primesc niciodată cele mai bune note din clasă. Prietenii îmi spun că ar vrea să fie ca mine, dar eu nu-mi dau seama de ce ar vrea ei acest lucru.

## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să-și propună un obiectiv și să-l atingă;
2. să propună singuri un proiect.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Încredere în sine
Respect de sine

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Încrederea în sine este sentimentul siguranței că putem să îndeplinim cu bine o anumită sarcină. Dacă elevii își propun un obiectiv și îl realizează, ei simt că sunt stăpîni asupra situației. Dacă vor avea de realizat în viitor o anumită sarcină, ei vor fi mai încrezători că pot să o îndeplinească. Încrederea lor în ei înșiși a crescut. Încrederea în sine a elevilor crește dacă ei primesc de realizat proiecte sau sarcini pe care le pot realiza cu succes; ei se vor simți mai încrezători și vor încerca să muncească și mai susținut pentru a îndeplini o sarcină mai dificilă.

## *MATERIALE*

O varietate de lucruri.

## *ACTIVITATE*

1. Cereți elevilor să propună individual proiecte (de exemplu, lucrări de artă, povestiri, puzzle, jocuri, cîntece, poezii etc.). Ajutați-i pe elevi să-și dea seama ce proiect ar vrea să propună, dar nu-i ghidați în proiectul respectiv. Lăsați-i pe elevi să creeze singuri proiectele lor.
2. Dați prilej elevilor să-și prezinte proiectele colegilor în clasă.
3. Expuneți lucrările realizate în clasă. De exemplu, atîrnați desene și povestiri pe pereți, pentru ca toată lumea să le poată vedea.

## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Aveți grijă ca în timp ce colegii își prezintă proiectele proprii, toți elevii să dea dovadă de respect. Cereți elevilor să se sprijine unul pe celălalt.

Ca variantă, această activitate poate fi realizată cerîndu-le elevilor să ducă la bun sfîrșit proiecte săptămînale; în fiecare săptămînă, proiectele de realizat devin mai dificile, dar, în măsura în care elevii vor putea să încheie cu succes proiectele lor, încrederea lor în ei înșiși va crește.

## *CELE DOUĂ PĂRȚI ALE EU-LUI MEU*

### *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să explice ce sunt conflictele interne;
2. să descrie ceea ce pune în mișcare aceste conflicte interne.

### *CONCEPTE-CHEIE*

Analiza conflictelor
Conflicte interne
Înțelegerea propriului Eu

### *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Cînd se gîndesc la conflicte, cei mai mulți oameni au în vedere certuri sau bătăi între doi sau mai mulți oameni. Totuși, ne confruntăm fiecare și cu conflicte interne, cînd ni se pare că în noi coexistă două părți aparent incompatibile ale personalității noastre. De exemplu, un elev/ o elevă ar putea să fie incapabil/ incapabilă să decidă dacă să fumeze sau nu cu prietenii lui/ ei.

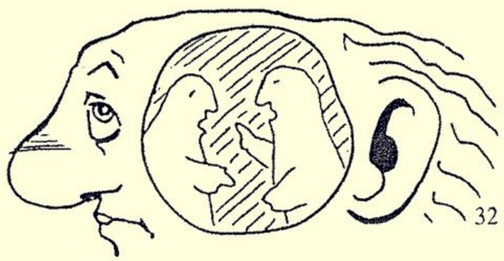
Cînd avem de-a face cu conflicte interne, este necesar să lămurim în mod clar despre ce conflict este vorba. Care sunt problemele implicate? Ce fel de sentimente sunt legate de diferite aspecte ale acestui conflict?

### *MATERIALE*

Nu este nevoie.

### *ACTIVITATE*

1. Explicați elevilor ce este un conflict intern. Întrebați-i în ce fel este un conflict intern diferit de un conflict interpersonal (conflictele interpersonale implică mai mult de o persoană).
2. Cereți clasei să dea exemple de conflicte interne cu care se confruntă elevii la această vîrstă.



### *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Această lecție îi ajută pe elevi să înțeleagă mai bine dinamica conflictelor interne. Lecțiile din capitolul cinci (Eu împreună cu tine) pot fi adaptate cu ușurință pentru a oferi strategii de tratare a conflictelor interne.

3. Cereți fiecărui elev să se gîndească la un conflict intern din viața lui/ ei. Spuneți elevilor că-și vor împărtăși conflictele interne; vă asigurați astfel că elevii se gîndesc la un conflict pe care nu se vor sfii să-l împărtășească.
4. Împărțiți clasa în grupe de trei elevi.
5. Cereți fiecărei grupe să identifice care este persoana din grupă căreia îi place cel mai mult pîinea. Acea persoană devine regizor al grupei. Ceilalți doi membri ai grupei devin actori.
6. Timp de 30 de secunde, regizorul relatează unuia dintre actori un aspect al conflictului său intern. Timp de alte 30 de secunde, regizorul relatează apoi celui de-al doilea actor aspectul celălalt implicat în conflictul său intern.
7. Regizorul are grijă ca cei doi actori să interpreteze conflictul intern. De exemplu, să presupunem că în conflictul intern al regizorului este vorba de dilema între a chiuli sau nu de la școală. Unul dintre actori va susține că este foarte important să rămînem la școală și să învățăm, în timp ce al doilea actor va argumenta că a sta la școală este plictisitor și nefolositor.
8. Actorii încetează să-și interpreteze rolurile după aproximativ două minute. Regizorul comentează apoi ceea ce s-a întîmplat și cum s-a simțit cînd și-„a privit conflictul intern".
9. În fiecare grup, elevii își schimbă rolurile și repetă pașii 6-9. Fiecare elev ar trebui să aibă posibilitatea să fie regizor.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Ce este un conflict intern?
* Cum v-ați simțit cînd a fost interpretat conflictul vostru intern?
* Cum vă rezolvați în mod obișnuit conflictele interne?

# *CUM NE DEZVOLTĂM RESPECTUL DE SINE?*

## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili să identifice aspecte pozitive despre ei înșiși și despre alții.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Respect de sine
Legături de grup
Încredere

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Activitățile care urmează sunt eficiente pentru creșterea respectului de sine al elevilor. Ele pot fi utilizate ori de cîte ori considerați că e bine. Cînd vremea este constant întunecată și mohorîtă (mai ales în lunile de iarnă, în multe țări), oamenii devin adeseori depresivi și abătuți. În timpul unor astfel de perioade, activitățile de dezvoltare a respectului de sine pot să fie în mod deosebit folositoare.

## *MATERIALE*

Hîrtie și creioane

## *ACTIVITĂȚI*

**Activitatea 1 — Discursul la o petrecere**

**Toți elevii se adună într-un cerc și-și imaginează că se află la o petrecere. Ei își închipuie că au în mînă un pahar cu suc. Unul cîte unul, elevii ridică mîna și rostesc un discurs laudativ la adresa lor. După fiecare discurs, elevii se prefac că sorb din paharul cu suc, în conformitate cu discursul.**

## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Aceste activități tratează despre autoapreciere. În mod tradițional, în cele mai multe dintre culturi, lauda de sine și autocomplimentarea nu sunt bine văzute. Ca atare, elevii ar putea considera că este greu să te lauzi pe tine sau ar putea deveni timizi. Există trei căi pentru a face ca aceste activități să reușească, după cum urmează:

1) Înainte de a realiza activitățile, desfășurați o activitate de încălzire.

2) Explicați elevilor că în cele mai multe culturi nu sunt acceptate, de regulă, laudele de sine, dar că astăzi veți realiza o activitate în care fiecare se va lăuda pe sine.

3) Creați un mediu prielnic, cerînd elevilor să nu-i tachineze pe ceilalți și să nu facă comentarii răutăcioase despre ei. De asemenea, fiți atenți să susțineți atît băieții, cît și fetele. În anumite culturi, fetelor le-ar veni mai greu decît băieților să realizeze această activitate.



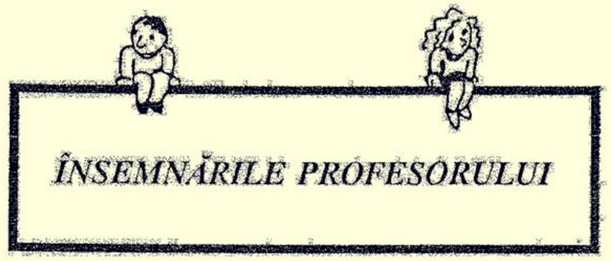
**Activitatea 2 — Ne lăudăm**

Toți elevii se adună în cerc. Unul cîte unul, elevii spun propoziția următoare, completînd-o cu un aspect pozitiv despre ei înșiși: „Nu vreau să mă laud, dar...". Elevii ar putea fi timizi în a-și exprima realizările, de aceea ar putea fi de folos să începeți dumneavoastră (ca profesori) primii.

Subliniați faptul că în timpul acestei activități lauda de sine ar trebui să fie pozitivă și că ea nu ar trebui să facă pe nimeni să se simtă stînjenit în legătură cu el/ ea sau cu complimentele exprimate.

**Activitatea 3 — Ne lăudăm prin desene**

Această activitate ar putea fi mai eficientă decît primele două în cazul în care mulți elevi din clasă sunt rezervați sau timizi. Cereți elevilor să deseneze ceva pozitiv despre ei înșiși. S-ar putea ca elevii să aibă nevoie de cîteva minute pentru a decide ce să deseneze. Cereți elevilor să arate celorlalți desenele lor.






## CAPITOLUL AL II-LEA

## „TU“

## O INTRODUCERE LA CAPITOLUL AL II-LEA : TU

Ca oameni, noi avem fiecare experienţe unice şi percepem lumea dintr-un punct de vedere diferit. Unicitatea este una dintre calităţile noastre cele mai importante: nu există doi oameni care să fie exact la fel. De aceea, fiecare dintre noi poate adăuga ceva la culoarea şi la freamătul vieţii. Nu este mai puţin adevărat că unicitatea noastră poate fi, de asemenea, o sursă de necazuri şi de conflicte. Deoarece nu vedem lumea exact la fel, pot apărea percepţii eronate, neînţelegeri şi diferenţieri în ceea ce priveşte valorile şi nevoile noastre. Aceste diferenţe influenţează modul în care acţionăm, gîndim, simţim şi în care reacţionăm.

Prin intermediul activităţilor din primul capitol, elevii au învăţat anumite lucruri despre ei. Ei şi-au investigat propria persoană şi au cercetat care sunt valorile şi perspectivele lor asupra lumii. Activităţile din acest capitol permit elevilor să-şi lărgească percepţiile şi perspectivele asupra lumii. Ei îşi vor dezvolta competenţe de a face faţă conflictelor, necesare pentru a putea evalua o anumită situaţie din unghiuri diferite. Ei vor începe să înţeleagă că ceea ce unui elev i se pare a fi o piatră, altuia s-ar putea să i se pară un diamant.

Elevii vor învăţa despre şi vor avea experienţe legate de procesele, de gîndurile şi de sentimentele implicate de probleme extrem de grave, ca prejudecăţile, discriminarea şi stereotipurile. Pe baza procesului de învăţare în care vor fi implicaţi, ei îşi vor dezvolta capacităţile de a aprecia şi de a fi sensibili la existenţa asemănărilor şi deosebirilor dintre oameni.

Iată cîteva definiţii ale unor cuvinte importante folosite în această carte:

1. **prejudecată** — o opinie, adeseori nefavorabilă, despre un anumit lucru, despre o persoană sau despre un grup, care se formează înainte de explorarea tuturor faţetelor implicate de acea problemă, persoană, de acel grup etc.;

2. **discriminare** — acţiunea de a trata pe cineva diferit, pe baza vîrstei, religiei, apartenenţei etnice, cetăţeniei, handicapului, sexului, clasei sociale, rasei etc.; discriminarea este prejudecata manifestată în exterior; discriminarea este similară strategiei de găsire a ţapului ispăşitor, cînd o persoană sau un grup sunt învinovăţite pentru greşeli sau evenimente comise sau determinate de altcineva;

3. **stereotip** — credinţa că un grup de oameni posedă anumite trăsături comune, fără a accepta diferenţele individuale.

## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să descrie modul în care oamenii văd lumea din diferite perspective și interpretează conceptele diferit;
2. să explice de ce există o diversitate de perspective asupra lucrurilor.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Aprecierea pozitivă a diversității

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Această activitate subliniază ideea că, deși este posibil să existe perspective diferite asupra unui anumit lucru, aceasta nu înseamnă că doar una dintre ele este corectă. În multe situații, nu există un răspuns corect: perspectiva fiecărei persoane asupra acelui lucru poate fi cea corectă. De exemplu, să presupunem că doi elevi discută în contradictoriu dacă este mai important să înveți algebra sau științele. Unul dintre elevi crede cu tărie că algebra este cea mai importantă disciplină școlară, deoarece îi ajută pe elevi să-și dezvolte competențe folositoare de tip analitic. Celălalt elev crede că științele sunt mai importante, deoarece promovează gîndirea rațională, științifică. Cine are dreptate? Amîndoi. De ce? Deoarece fiecare elev are un sistem de valori diferit. Din perspectiva fiecărui/ fiecărei elev/ eleve, valorile proprii sunt cele bune.

Fără îndoială că anumite valori ar putea fi considerate mai importante din motive etice sau umanitare. De exemplu, în cele mai multe dintre societăți, oamenii au dreptul la proprietate personală. Dacă o persoană decide să fure bunuri aparținînd altei persoane, perspectiva ei despre proprietate poate fi considerată mai puțin „corectă" decît cea a majorității (prin care este valorizat dreptul fiecărei ființe umane la proprietate personală).

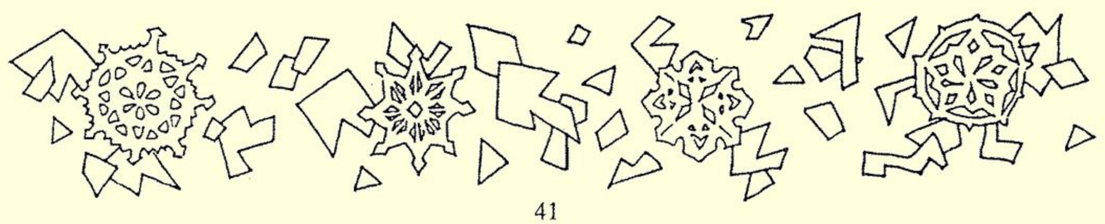
## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

S-ar putea întîmpla ca unii elevi să susțină puncte de vedere neacceptabile din perspective etice sau umanitare. Ce ar trebui să faceți în cazul în care acești elevi își exprimă opiniile? Iată cîteva posibilități:

În primul rînd, ați putea pune întrebări deschise, care permit elevilor să-și exprime pînă la capăt gîndurile (de exemplu, „Spune-mi mai multe despre ceea ce gîndești").

În al doilea rînd, ați putea cere altor elevi să-și exprime punctele de vedere, avînd grijă ca fiecare să fie respectuos față de ceilalți.

În al treilea rînd, ați putea cere elevilor să schimbe rolurile și să aducă argumente dintr-o perspectivă opusă celei proprii. Astfel, de exemplu, dacă un băiat gîndește că fetele sunt proaste, cereți fetelor și băieților să schimbe rolurile și să aducă argumente din perspectiva celuilalt sex.



## *MATERIALE*

Profesorul și fiecare elev au nevoie de o foaie de caiet.

## *ACTIVITATE*

1. Dați fiecărui elev o bucată de hîrtie.
2. Explicați elevilor că nu vor primi note pentru această activitate. Subliniați că este important ca elevii să nu se uite unii la ceilalți în timp ce realizează această activitate. Spuneți elevilor *că nu este permis nimănui să pună întrebări despre desfășurarea activității.* Dacă cineva pune totuși întrebări, spuneți-i: „ Fă așa cum crezi tu că ar trebui să faci".
3. Instruiți elevii:
   a. să ia în mînă foaia de hîrtie;
   b. să o împăturească în două;
   c. să detașeze colțul din dreapta sus al hîrtiei;
   d. să împăturească hîrtia din nou în două;
   e. să detașeze colțul din dreapta sus al hîrtiei;
   f. să împăturească DIN NOU hîrtia în două!
   g. să detașeze colțul din dreapta sus al hîrtiei;
   h. să împăturească DIN NOU hîrtia în două!
   i. să detașeze colțul din dreapta sus al hîrtiei; dacă elevii vor spune că este prea greu să rupă colțul, spuneți-le că nu mai este nevoie.
   j. să desfacă foaia de hîrtie.
4. Cereți elevilor să se uite prin clasă, observînd diferențele dintre foile de hîrtie ale colegilor.

## ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Este hîrtia cuiva îndoită incorect? De ce nu?
* De ce sunt îndoite diferit hîrtiile atîtor elevi?
* Dacă hîrtiile altor elevi sunt îndoite altfel decît hîrtia voastră, înseamnă acest lucru că ei sunt oameni răi? De ce nu?
* Îi judecăm pe oameni ca fiind buni sau răi după cum fac sau nu lucrurile la fel ca noi? Ce exemplu ați putea da despre astfel de situații?
* În ce fel credeți că văd oamenii din alte țări (de alte religii, avînd altă origine etnică) lumea în mod diferit? În ce constau deosebirile dintre perspectiva voastră și a lor? A cui perspectivă este corectă?
* Cum ar arăta lumea dacă toți ar vedea lucrurile în același fel? În ce fel este lumea mai interesantă pentru că există feluri diferite de a vedea lucrurile?

## ACTIVITATEA SUPLIMENTARĂ I

Cereți elevilor să deseneze ceea ce le spuneți, fără să pună întrebări sau să ceară indicații. Descrieți-le cum ar trebui să deseneze o ceașcă de ceai (sau oricare alt obiect), folosind exclusiv o terminologie geometrică. NU LE SPUNEȚI CE OBIECT DESCRIEȚI. De exemplu, ați putea să le cereți: „Desenați două ovaluri. Legați capetele ovalurilor cu două linii drepte". Desigur că în acest fel este greu de înțeles ce obiect este descris. Repetați activitatea, spunînd elevilor cum să deseneze o ceașcă de ceai. De această dată, elevii pot pune întrebări ca să se lămurească cum să deseneze obiectul necunoscut. Cereți elevilor să-și arate unii altora primul și al doilea desen.

Obiectivul acestei activități este de a arăta în ce fel influențează interpretările perspectivele noastre asupra lumii. Această activitate poate fi realizată și în grupe mici, în care un elev le spune celorlalți ce să deseneze.

## ACTIVITATEA SUPLIMENTARĂ II

1. Cereți unui număr de trei voluntari să stea în fața clasei. Cereți-le să alcătuiască o statuie umană, reprezentînd un conflict[1]. Ei au libertatea de a crea statuia cum vor, dar cereți-le să o realizeze într-un singur minut. După terminarea minutului, ei trebuie să rămînă nemișcați.
2. După ce statuia a fost realizată, cereți fiecărui elev din clasă să scrie pe hîrtie ce nume i s-ar potrivi. Subliniați cerința ca nimeni să nu discute numele statuii cu altcineva.
3. Cereți fiecărei persoane din clasă să spună celorlalți ce nume a ales pentru statuie.
4. Cereți celor trei elevi care au realizat statuia să spună la ce nume s-au gîndit ei pentru ea.

## ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Toată lumea din clasă s-a uitat la aceeași statuie. I-a dat toată lumea aceeași denumire? De ce nu? Ce a influențat numele dat de fiecare? (Valorile, experiențele, sentimentele, percepțiile, nevoile personale etc.)
* Este posibil ca oamenii să observe aceeași situație și să vadă lucruri diferite?

---

[1] O statuie umană este creată cînd elevii reprezintă în fiecare grupă un eveniment sau o idee folosindu-și propriile trupuri. De exemplu, statuia ar putea ilustra o situație în care are loc discriminarea, o scenă în care prejudecata aduce prejudicii cuiva — de pildă, un elev este rănit deoarece celorlalți nu le plac elevii roșcați sau orice altceva. Fiecare grupă are nevoie să aleagă un „sculptor", care urmează să spună celorlalți elevi cum trebuie să-și poziționeze corpurile. Elevii exersează apoi, creînd statuile și stînd nemișcați, ca și cînd ar fi la fotograf.

Adaptare cu permisiune după Silbermann, Mel. Active training, Lexington Books and University Associates, Inc., 1990.

# *DIFERENȚELE ASEMĂNĂTOARE*

## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili să identifice asemănări și diferențe între oameni.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Valorizarea pozitivă a diversității
Discriminare
Înțelegerea propriei persoane

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Fiecare om are anumite asemănări cu și anumite deosebiri față de ceilalți oameni. Un aspect extrem de important în crearea stereotipurilor și a prejudecăților este că diferențele sunt supraevaluate, în timp ce asemănările sunt subevaluate. Această activitate le permite elevilor să înțeleagă cum se aseamănă și cum se deosebesc oamenii.

## *MATERIALE*

Fișa de lucru a elevilor „Diferențele asemănătoare" și creioane.

## *ACTIVITATE*

1. Cereți elevilor să completeze Fișa de lucru a elevilor.
2. Împărțiți elevii la întîmplare în perechi și cereți elevilor din fiecare pereche să-și compare răspunsurile. Îndrumați-i pe elevi să observe asemănări și deosebiri între ei.
3. Cereți elevilor să-și compare răspunsurile încă de trei ori, cu alți trei elevi.

## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

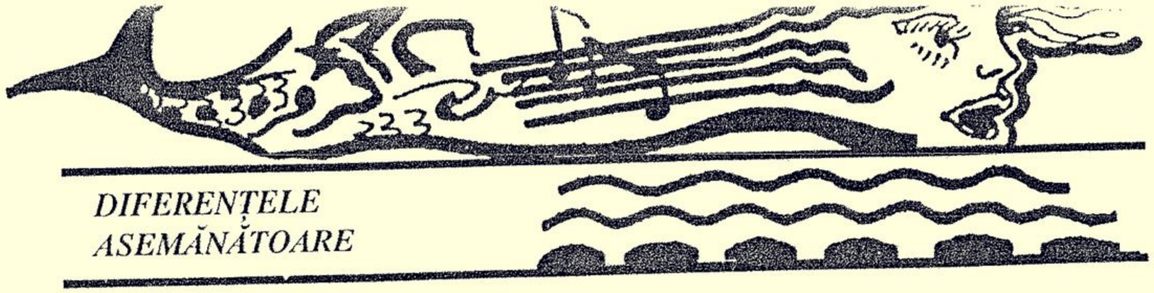
S-ar putea ca elevii să aibă nevoie de îndrumarea dumneavoastră pentru a înțelege că diferențele dintre oameni nu definesc automat persoanele sau grupurile ca fiind mai bune sau mai rele decît altele. Diferențele sunt pur și simplu calități care fac dintr-o persoană sau un grup ceva unic.

În cazul în care elevii au dificultăți în completarea fișei de lucru, încurajați-i să fie creativi! S-ar putea să fie de folos să le reamintiți ideea de brainstorming (explicată în lecția „Eu și oglinda").



### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* La ce categorii aveți aceleași răspunsuri ca și ceilalți?
* În ce fel sunteți asemănători cu ceilalți elevi cu care ați vorbit?
* În ce fel sunteți diferiți de ceilalți, cu care v-ați comparat asemănările și deosebirile?
* Ați fost vreodată tratați rău din cauza diferențelor dintre voi și alți oameni? Puteți să dați ca exemplu adulți care îi tratează pe copii negativ doar pentru că sunt copii, nelăsîndu-i să ia parte la diferite activități.



## *DIFERENȚELE ASEMĂNĂTOARE*

### *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

Completați în coloanele următoare cel puțin trei asemănări și trei deosebiri în ceea ce vă privește, în raport cu categoriile respective.

| CATEGORIA | ASEMĂNĂRI | DEOSEBIRI |
|---|---|---|
| MEMBRU/ MEMBRĂ AL/ A FAMILIEI | Trei asemănări între mine și membrii familiei mele sunt:<br>1.<br>2.<br>3. | Trei deosebiri între mine și membrii familiei mele sunt:<br>1.<br>2.<br>3. |
| PRIETENI | Trei asemănări între mine și prietenii mei sunt:<br>1.<br>2.<br>3. | Trei deosebiri între mine și prietenii mei sunt:<br>1.<br>2.<br>3. |
| ANIMALE | Trei asemănări între mine și animale sunt:<br>1.<br>2.<br>3. | Trei deosebiri între mine și animale sunt:<br>1.<br>2.<br>3. |
| OAMENI CARE S-AU NĂSCUT ÎN ALTE RELIGII | Trei asemănări între oameni născuți în alte religii și mine sunt:<br>1.<br>2.<br>3. | Trei deosebiri între oameni născuți în alte religii și mine sunt:<br>1.<br>2.<br>3. |
| OAMENI DIN ALTE ȚĂRI | Trei asemănări între oameni din alte țări și mine sunt:<br>1.<br>2.<br>3. | Trei deosebiri între oameni din alte țări și mine sunt:<br>1.<br>2.<br>3. |





## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să dea exemple de stereotipuri obișnuite;
2. să identifice avantajele și dezavantajele recurgerii la stereotipuri.

## *CONCEPT-CHEIE*

Stereotipuri

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Un stereotip este credința că toți membrii unui anumit grup posedă în același fel anumite calități. În principal, prin stereotipuri se susține că toți membrii unui grup sunt la fel și că nu există între ei diferențe individuale.

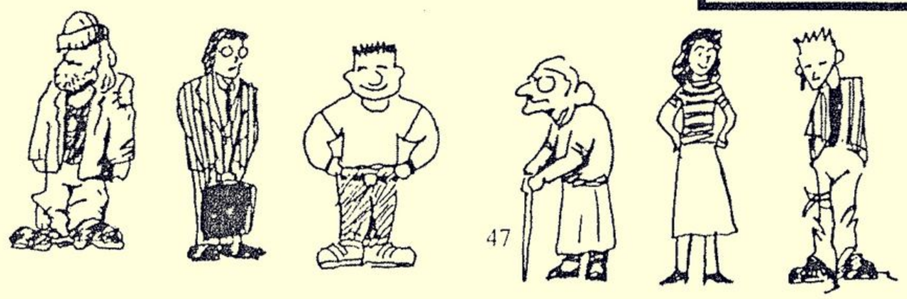
Să presupunem că am întîlnit o persoană din Antarctica, care ne-a tratat rău. O remarcă de tipul stereotipului ar fi: „Toți cei din Antarctica sunt nepoliticoși". Dar cum sunt, de fapt, toți ceilalți oameni care trăiesc în Antarctica? Sunt ei cu toții nepoliticoși? Probabil că nu. S-ar putea ca unii locuitori ai Antarcticii să fie nepoliticoși, dar s-ar putea ca unii să nu fie astfel.

## *MATERIALE*

Fișa de lucru a elevilor „Despre stereotipuri"

## *ACTIVITATE*

1. Cereți elevilor să completeze Fișa de lucru „Despre stereotipuri". Puteți să spuneți elevilor să NU-ȘI noteze numele pe fișă. (Fișele de lucru ale elevilor nu vor fi adunate, fiecare elev arătînd fișa sa celorlalți din clasă.) În acest fel, elevii s-ar putea simți mai în largul lor răspunzînd la



## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Aveți grijă ca elevii să înțeleagă în ce fel îi afectează stereotipurile pe ei. Puteți discuta cu ei despre stereotipuri pe care le au despre alții, ca și despre stereotipurile pe care alții le au despre ei. Puteți să-i întrebați: „Cum vă simțiți cînd alții gîndesc despre voi pe bază de stereotipuri?". Deoarece discuția ar putea să devină delicată, puteți realiza la sfîrșit o activitate de relaxare.

întrebări. Cereți elevilor în mod expres să completeze cinstit fișa de lucru.

2. Împărțiți elevii în grupe de cîte 4 sau 6.
3. Cereți elevilor să-și arate unii altora răspunsurile la întrebările de pe fișa de lucru. Apoi, cereți-le să discute în grupele lor între ei și să răspundă la întrebările pentru discuții de pe fișa de lucru.
4. Cereți fiecărei grupe să prezinte clasei răspunsurile la aceste întrebări.
5. Cereți elevilor să formeze un cerc și puneți-le următoarele întrebări:

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* De unde ați învățat diferite stereotipuri?
* În ce fel ne afectează stereotipurile în mod cotidian?
* În ce fel ne sunt stereotipurile folositoare?
* În ce fel pot deveni stereotipurile periculoase pentru oamenii despre care le avem?

---

Adaptare cu permisiune după Fizduff, Mari. Community Conflict Skills, Express Litho, Belfast, Ireland, 1988.



## *DESPRE STEREOTIPURI*

## *FIȘA DE LUCRU A ELEVULUI*

*Numele*_____ *Data*_____

A gîndi prin stereotipuri înseamnă a presupune că toți membrii unui grup au aceleași calități. Cînd cineva recurge la stereotipuri, presupune că nici un membru al grupului nu este diferit de ceilalți.

Ne întîlnim zilnic cu oameni care sunt victime ale stereotipurilor.

Care sunt stereotipurile curente despre:

— un elev deștept;

— un elev mai puțin inteligent;

— un profesor;

— un părinte;

— un star rock;

— un fanatic religios;

— o persoană săracă;

— o persoană bogată;

— o persoană în vîrstă;

— un băiat de vîrsta voastră;

— o fată de vîrsta voastră?

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

1. Au fost stereotipurile tuturor la fel? Dacă nu, de ce? Dacă da, de ce?
2. Care este efectul stereotipului asupra persoanei în cauză? Dar asupra comunității? Dar asupra persoanei care crede în acel stereotip?

## *DE ACEEAȘI PARTE A DRUMULUI*

### *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili să identifice asemănări și deosebiri între oameni, confruntîndu-se în acest fel cu propriile lor stereotipuri.

### *CONCEPTE-CHEIE*

Valorizarea pozitivă a diversității
Discriminare
Naționalism/ Etnocentrism
Prejudecată
Valoarea propriei persoane
Stereotipuri

### *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Cînd oamenii îi văd pe ceilalți ca fiind diferiți de ei, iar în unele cazuri chiar ca nefiind în același fel ființe umane, apare un aspect major legat de discriminarea negativă și de prejudecăți. Această activitate scoate în evidență faptul că oamenii au între ei asemănări și deosebiri și că suntem fiecare unici, singulari, deoarece nu sunteți toți exact la fel.

### *MATERIALE*

Mult spațiu pentru mișcare

### *ACTIVITATE*

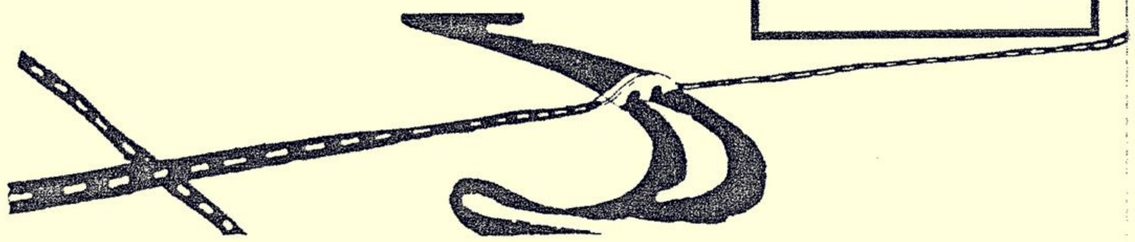
1. Cereți tuturor elevilor să stea în mijlocul încăperii. Cereți elevilor să-și imagineze că prin mijlocul sălii trece un drum. Spuneți-le că veți numi diferite calități: *cei care au aceste calități urmează să treacă de partea dreaptă a drumului; cei care nu le au urmează să treacă de partea stîngă a drumului.* Ca să reduceți confuziile, puteți să scrieți regulile pe tablă. Cereți elevilor să se miște cît se poate de repede fie la dreapta, fie la stînga drumului. După ce elevii vor fi așezați pe cîte o parte a drumului, cereți-le să se uite cine mai este de aceeași parte cu ei.
2. Cereți elevilor să treacă de partea dreaptă a drumului dacă:
   * au avut două sau mai multe carii;
   * au un frate sau o soră mai mic/ mică;
   * au un animal de casă;
   * țin mîinile în buzunar;
   * își iubesc părinții foarte MULT;
   * merg cu bicicleta;
   * le place să cînte;
   * merg la aceeași școală;
   * joacă bine fotbal;
   * exersează cel puțin de două ori pe săptămînă;
   * locuiesc la două străzi de școală;
   * se înfurie ușor;
   * poartă ochelari;
   * le place înghețata;
   * le place să se scoale devreme;
   * le place să stea treji pînă noaptea tîrziu;
   * au un ceas;
   * poartă un ceas la încheietura mîinii drepte;
   * se spală pe dinți de cel puțin două ori pe zi;
   * le place să mănînce la prînz.

### *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Aceasta este o activitate amuzantă, de aceea este nevoie să mențineți o atmosferă relaxantă. Puteți să inventați noi calități sau să cereți elevilor să ofere pe rînd idei. De exemplu, elevii ar putea spune: „Du-te în partea dreaptă a încăperii dacă îți place să participi la întreceri (sau dacă îți place să scrii scrisori, să te îmbraci elegant ș.a.m.d.)".

Încurajați-i pe elevi să fie cinstiți și respectuoși.

Această activitate poate fi folosită pentru 1) a sparge gheața sau 2) pentru a reîmprospăta energia elevilor cînd realizați activități din alte capitole.





### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Au fost de aceeași parte a drumului tot timpul aceiași elevi? De ce nu?
* Prin ce se aseamănă toți elevii din clasa noastră?
* De ce sunt toți oamenii din țara noastră la fel?
* Prin ce se aseamănă toți oamenii din lume?
* Ce face ca fiecare dintre elevii clasei să fie diferit?
* Ce face ca fiecare om din țara noastră să fie diferit?
* Ce face ca fiecare om din lume să fie diferit?
* Ce este rău în a spune că unii oameni nu sunt la fel de buni ca alții?
* Ce face ca oamenii să fie diferiți unul de celălalt?

### ACTIVITATE SUPLIMENTARĂ

1. Cereți elevilor să deseneze o casă (sau altceva) fără să folosească nici o linie dreaptă. Această activitate arată modul în care oamenii pot avea în comun anumite lucruri — să deseneze o casă —, dar fiecare persoană dă un răspuns diferit, unic, acestei sarcini. Desigur, nici unul dintre răspunsuri nu este incorect.
2. Purtați o discuție cu elevii. Întrebați-i în ce condiții se poate întîmpla ca părerile unora să fie mai corecte decît ale altora. De exemplu, întrebați-i: „Ce se întîmplă cînd cineva crede că a fura este o idee bună? Este aceasta o părere corectă sau nu? De ce da sau de ce nu?".

NOTĂ: Fiți pregătiți. În cadrul acestei activități suplimentare, este posibil ca elevii să-și dezvăluie păreri personale controversate. Permiteți-le elevilor să-și expună opiniile, fără a fi întrerupți de alții. Aduceți-le aminte elevilor că tot ceea ce se spune este confidențial.

# ȘTIRILE DE SEARĂ

## OBIECTIVE

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să explice dacă este important să evaluăm în mod obiectiv părerile oamenilor;
2. să vadă două fețe ale unei probleme;
3. să explice de ce sunt stereotipurile periculoase.

## CONCEPTE-CHEIE

Gîndire analitică
Discriminare
Prejudecată
Stereotipuri

## INFORMAȚII PRELIMINARE

Stereotipurile apar cînd credem că toți oamenii dintr-un grup au în comun anumite calități și cînd nu credem că există diferențe individuale. Țineți minte că stereotipurile sunt *păreri (credințe)*.

Deoarece credințele pot fi atît pozitive, cît și negative, este important ca elevii să învețe să-și analizeze critic atît credințele proprii, cît și pe cele ale celorlalți. O analiză critică presupune și a-i pune pe elevi să-și investigheze posibilele lipsuri în ceea ce privește credințele personale; de asemenea, ea presupune explorarea din toate unghiurile a acestor credințe. Elevii pot face uz de această nouă perspectivă pentru a ajunge la o înțelegere mai profundă a naturii prejudecăților și a stereotipurilor. Ei pot înțelege de ce este important să fim toleranți față de credințele altora. Este esențial pentru elevi să manifeste respect pentru alții cînd discută despre credințe, deoarece acestea vor fi în mod inevitabil diferite în raport cu anumite aspecte, deși s-ar putea să fie asemănătoare în raport cu altele.

## INDICAȚII PENTRU PROFESORI

Explicați elevilor că acest exercițiu va da fiecăruia prilejul de a-și analiza propriile credințe și de a auzi care sunt credințele/ părerile celorlalți. Respectul trebuie menținut chiar cînd există dezacord.

Dacă apar astfel de controverse sau dacă observați că elevii își exprimă frustrările sau lipsa de acord prin intermediul limbajului corporal, opriți pentru cîteva minute activitatea și dați elevilor prilejul de a-și exprima gîndurile și sentimentele.

Asigurați-vă că elevii își respectă reciproc opiniile, cerînd tuturor ca, atunci cînd cineva vorbește, ceilalți să asculte în liniște; cereți-le de asemenea în mod expres ca nimeni să nu-i condamne pe ceilalți sau să dea altora nume de ocară.

## MATERIALE

Două pupitre cu scaune în fața clasei, Fișa de lucru a elevilor „ Știrile de seară", hîrtie, creioane, lipici, bandă adezivă, bucăți mici de hîrtie pe care sunt scrise cuvinte legate de stereotipuri (de exemplu, o persoană surdă, o persoană într-un scaun cu rotile, o persoană în vîrstă). Alegeți dumneavoastră cum doriți cuvintele pe care vreți să le folosiți.

## ACTIVITATE

1. Cereți fiecărui elev să noteze o părere pe care o are despre un alt grup de oameni. Sugerați-le că este posibil să se gîndească la grupuri, precum:
   a. oameni de altă religie (sau care vorbesc o altă limbă);
   b. oameni din altă țară (sau care fac parte din alt grup etnic);
   c. elevi din altă clasă, din alt an sau din altă școală;
   d. grupuri de orice alt fel, la care dumneavoastră sau elevii dumneavoastră vă puteți gîndi.

   Explicați-le în mod clar elevilor că vor împărtăși celorlalți aceste credințe.
2. Împărțiți elevilor fișa de lucru „Știrile de seară". Citiți exemplul de pe fișă cu întregul grup. (Acest lucru ar putea să-i ajute pe elevi să se gîndească la o credință pe care o au despre un alt grup de oameni.)
3. Împărțiți elevii în grupe de cîte trei.
4. Cereți elevilor din fiecare grupă să desemneze doi membri din grupă ca reporteri de știri TV. Al treilea membru, cel intervievat, își citește părerea pe care o are despre un grup.
5. Unul dintre reporterii TV îl ascultă pe cel intervievat și scrie o scurtă știre care să corespundă părerii exprimate. Celălalt reporter scrie o scurtă știre care este în dezacord cu părerea exprimată de către cel intervievat.
6. După ce rapoartele sunt scrise, cereți elevilor să schimbe rolurile și să repete exercițiul pînă cînd fiecare persoană și-a exprimat părerea celorlalți din grupă.
7. Aduceți două pupitre și două scaune în fața clasei. Cereți unor voluntari să stea la pupitre în calitate de reporteri care prezintă știri, prefăcîndu-se că se află la televiziune. Cereți-le să citească relatările lor diferite despre același subiect.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

Cereți elevilor din clasă să stea în cerc. Întrebați-i:

* De ce este important să vedem de fiecare dată două fațete ale aceluiași lucru?
* Ce exemple s-ar putea da pentru situații în care considerarea unei singure fațete legate de un subiect ar putea să dea naștere unor probleme?
* Cum ne simțim cînd cineva nu înțelege punctul nostru de vedere în legătură cu un anumit subiect?

### ACTIVITATEA SUPLIMENTARĂ I

Cereți elevilor să aducă fiecare două articole de ziar, unul în care un grup este descris negativ, iar celălalt în care un grup este descris în mod pozitiv. Este bine să aveți la dispoziție mai multe articole despre o varietate de subiecte.

### DISCUȚIE

Discutați despre felul în care ziarele și televiziunea prezintă diferite grupuri mai curînd pozitiv sau mai curînd negativ. Cereți-le elevilor să-și exprime părerea despre modul în care ziarele și televiziunea influențează felul în care este perceput un grup.

### ACTIVITATEA SUPLIMENTARĂ II:

Această activitate exemplifică multe dintre conceptele-cheie legate de pericolele pe care le pot genera stereotipurile.

Cereți elevilor să facă o listă cu stereotipurile pe care le folosesc despre ei sau

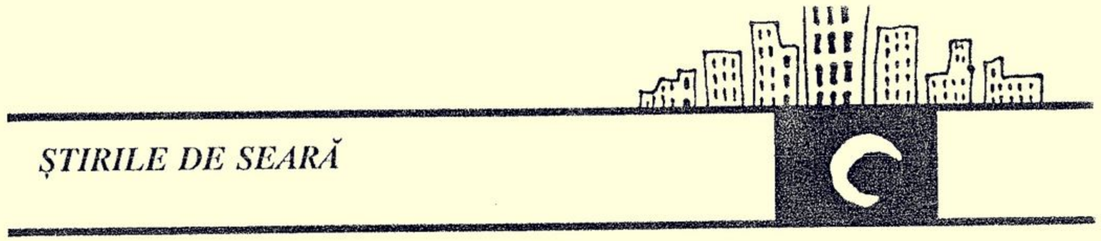
despre grupul lor. De exemplu, un elev/ o elevă ar putea să spună despre el/ ea că nu este bun/ bună la nimic din cauza sexului căruia îi aparține. Cereți apoi elevilor să facă o listă cu stereotipurile pe care alții le exprimă despre ei.

Discuțiile ulterioare acestei activități pot fi legate de lucruri, precum: doare mai puțin cînd exprimăm noi mai întîi stereotipuri despre noi înșine, și după aceea alții. Discutați de asemenea despre felul în care un grup poate cădea victimă stereotipurilor prin prezentarea de care are parte în mass-media.

## ACTIVITATEA SUPLIMENTARĂ III

Scrieți pe bucăți separate de hîrtie cuvinte care exprimă stereotipuri despre oameni. Lipiți cu adeziv cîte o bucată de hîrtie fie pe fruntea, fie pe spatele fiecărui elev. Aveți grijă ca elevii să nu poată vedea ceea ce este scris pe eticheta pe care o poartă. Cereți apoi elevilor să se plimbe prin clasă și să interacționeze ca și cum fiecare ar reprezenta cu adevărat stereotipul pe care îl poartă pe etichetă. Lăsați elevii să interacționeze astfel timp de zece minute. Cereți elevilor să se așeze cînd își dau seama din comportamentul celorlalți ce anume scrie pe eticheta lor. Desfășurați o discuție liberă despre felul în care ne simțim cînd suntem tratați conform unor anumite stereotipuri și despre cum și-au dat seama elevii despre ce scria pe fruntea sau pe spatele lor.





*ȘTIRILE DE SEARĂ*

## *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

# UN EXEMPLU DE ȘTIRI TELEVIZATE

**Părerea exprimată:** Fetele nu sunt atlete bune.

**Reporterul A:** Bună seara. Vă prezint știrile de la ora opt. În știrile de astăzi vă anunțăm că există fet care nu știu să joace fotbal. Ele nu sunt la fel de tari ca băieții. (Ne pare rău, fetelor!) Asta este to pentru știrile de astăzi. Noapte bună.

**Reporterul B:** Bună seara și bun găsit! Acestea sunt știrile de la ora șase. Satellite Television News a făcut astăzi o descoperire interesantă, pe care v-o prezintă la știri. Am descoperit că multe fete sun foarte bune la sport. Într-adevăr, multe fete pot alerga mai repede decît băieții și unele fete pot ridica greutăți mai mari decît băieții. Unele fete pot juca fotbal la fel de bine ca băieții. Înainte, fetelor! Acestea au fost știrile. Noapte bună.

PĂREREA EXPRIMATĂ:

REPORTERUL A:

REPORTERUL B:

PĂREREA EXPRIMATĂ:

REPORTERUL A:

REPORTERUL B:

## *BARGONEZII ŞI RUTERIENII*

### *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecţii, elevii vor fi capabili:

1. să definească prejudecăţile;
2. să explice cum iau naştere şi cum se dezvoltă prejudecăţile şi discriminarea;
3. să descrie cum ne simţim în situaţia în care gîndim prin prejudecăţi.

### *CONCEPTE-CHEIE*

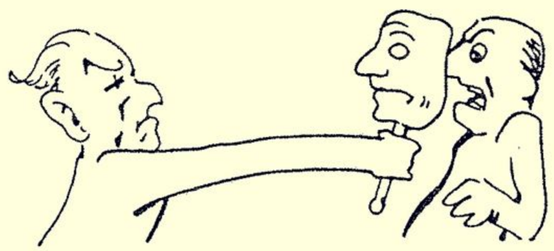
Atitudini
Discriminare
Naţionalism/Etnocentrism
Prejudecăţi

### *INFORMAŢII PRELIMINARE*

Prejudecata este o opinie, adeseori nefavorabilă, despre un anumit lucru sau despre un grup, formată înainte de investigarea tuturor feţelor pe care acestea le implică. Discriminarea este acţiunea prin care o persoană este tratată nedrept din cauza unor atitudini bazate pe prejudecăţi. **Prejudecata este credinţa, în timp ce discriminarea este acţiunea.** Prejudecăţile pot apărea foarte uşor; activitatea următoare permite elevilor să înţeleagă pericolele pe care le implică părerile care se formează rapid, în lipsa unei înţelegeri complete a lucrurilor.

### *MATERIALE*

Creioane, creioane colorate şi Fişa de lucru a elevilor „Bargonezii şi ruterienii" (A & B). O foaie albă de hîrtie poate înlocui Fişa de lucru B.



### *INDICAŢII PENTRU PROFESORI*

Această activitate este deosebit de delicată şi de eficientă. Deoarece în cadrul ei sunt abordate aspecte extrem de sensibile, poate fi folositor să începeţi cu o activitate de spart gheaţa. (Vezi Anexa II.)

De asemenea, s-ar putea ca elevii să-şi exprime cu tărie opiniile despre subiecte delicate. Pentru îndrumări privind modul în care se poate răspunde comentariilor lor, vezi indicaţiile pentru profesori de la activitatea „Realitate şi ficţiune".



### *ACTIVITATE*

1. Împărţiţi fiecărui elev creioane colorate, un creion şi Fişa de lucru „Bargonezii şi ruterienii" (A & B).
2. Explicaţi elevilor că în cele ce urmează vor citi despre două grupuri de oameni, bargonezii şi ruterienii.
3. Scrieţi pe tablă numele ţărilor şi pe cel al cetăţenilor lor (respectiv, Bargonia, bargonezi, Rutris, ruterieni).
4. Citiţi împreună cu elevii Fişa de lucru A. Explicaţi elevilor că „faptele" au fost relatate de către un cetăţean al Bargoniei.
5. Daţi indicaţii elevilor să deseneze şi să coloreze în partea stîngă a Fişei de lucru B imaginea tipică a unui bargonez din Bargonia şi în partea dreaptă a Fişei de lucru B imaginea tipică a unui ruterian. Spuneţi-le elevilor că vor avea la dispoziţie aproximativ 20 de minute pentru a desena cele două fiinţe omeneşti.
6. După trecerea celor 20 de minute, cereţi elevilor să stea într-un cerc mare. Cereţi fiecărui elev să-şi ţină desenul la nivelul pieptului, astfel încît să poată fi văzut de ceilalţi.

NOTĂ: Aceasta poate să fie o activitate amuzantă; este în regulă dacă elevii rîd în timp ce-şi arată desenele.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUŢII

* Ce fel de oameni credeţi că sunt ruterienii? Credeţi că fiecare ruterian este astfel?
* Ce fel de oameni credeţi că sunt bargonezii? Credeţi că fiecare bargonez este astfel?
* De ce i-aţi desenat pe bargonezi astfel?
* De ce i-aţi desenat pe ruterieni astfel?
* Ce v-a făcut să credeţi că toţi ruterienii sunt răi?
* Ce v-a făcut să credeţi că bargonezii sunt minunaţi?
* În ce fel credeţi că ar fi fost descrierile diferite dacă fiecare grup şi-ar fi realizat propria descriere?
* Spuneţi elevilor că ţările Bargonia şi Rutris nu există cu adevărat. Explicaţi definiţia prejudecăţilor. Apoi, discutaţi despre felul în care punctele de vedere ale elevilor şi desenele lor exprimă o atitudine generată de prejudecăţi referitoare la un anumit grup de oameni.

*FIȘA DE LUCRU (A)*

BARGONEZII ȘI RUTERIENII
**(**scrisă de către un bargonez**)**

Bargonezii trăiesc într-o țară numită Bargonia. Această țară se află în cealaltă parte a lumii și este localizată între insulele Zether și Treebonia. Oamenii din Bargonia sunt minunați. Copiii se bat doar extrem de rar cu alții, iar adulții muncesc cu toții în pace. Alimentul cel mai important în Bargonia este orezul, dar farfuriile bargonezilor nu sunt niciodată goale. Vremea este stabilă de-a lungul anului în Bargonia: bate o briză ușoară și este întotdeauna cald și însorit.

Ruterienii sunt dintr-o altă țară, numită Rutris. Și această țară se află în cealaltă parte a lumii, între insulele Bilbo și Treblin. Oamenii din Rutris sunt extrem de răi. Copiii țipă întruna unul la celălalt, iar adulții se lovesc adeseori unii pe alții. Adulții nu reușesc să termine niciodată ceea ce au de făcut, deoarece ori sunt cu toții somnoroși, ori țipă unii la alții în timp ce muncesc. Vremea în Rutris este tot timpul rece, vîntoasă și ploioasă.

*FIȘA DE LUCRU (B)*

*Numele*_____ *Data*_____

***CUM ARATĂ EI???***

*UN BARGONEZ TIPIC*

*UN RUTERIAN TIPIC*

# *FORMELE ŞI DIMENSIUNILE MULTIPLE ALE PREJUDECĂŢILOR*

## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecţii, elevii vor fi capabili:

1. să definească prejudecăţile;
2. să dea exemple de diferite tipuri de prejudecăţi;
3. să descrie diferite tipuri de prejudecăţi.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Valorizarea pozitivă a diversităţii
Discriminare
Prejudecată

## *INFORMAŢII PRELIMINARE*

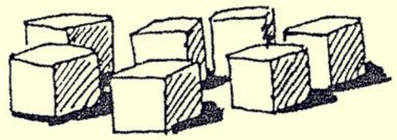
Prejudecata este o opinie, adeseori nefavorabilă, despre un anumit lucru sau despre un grup, formată înainte de investigarea completă a tuturor faţetelor pe care acestea le implică. Există foarte multe domenii în care ne putem forma opinii şi, ca atare, în care s-ar putea să avem prejudecăţi. De exemplu, opiniile noastre despre o minoritate etnică pot să fie influenţate de felul cum este ea prezentată în mass-media, de atitudinile celor cu care venim în contact şi de propria noastră experienţă cu membrii acestei minorităţi. Activitatea îi ajută pe elevi să identifice cîteva dintre multiplele forme ale prejudecăţilor.

## *MATERIALE*

Fişa de lucru „Formele şi dimensiunile multiple ale prejudecăţilor"

## *ACTIVITATE*

1. Împărţiţi elevii în perechi. Cereţi elevilor să completeze Fişa de lucru „Formele şi dimensiunile multiple ale prejudecăţilor". Dacă elevii au dificultăţi în a se gîndi la anumite situaţii, spuneţi-le că le veţi oferi o situaţie exemplară pentru un anumit tip de prejudecată din fişă. De exemplu, aţi putea să oferiţi elevilor un exemplu de prejudecată legată de vîrstă, spunînd: „Doi elevi se gîndesc pe cine să cheme să joace cu ei fotbal după orele de şcoală. Ei se hotărăsc să invite pe oricine, cu excepţia lui Marin, băiatul cel mai tînăr din clasă. Lor nu le place de el pentru că este cel mai tînăr dintre toţi".



## *INDICAŢII PENTRU PROFESORI*

Scoateţi în evidenţă faptul că diferitele tipuri de prejudecăţi nu reprezintă doar moduri de a gîndi: ele sunt realităţi. Zilnic, oamenii suferă din cauza efectelor prejudecăţilor. Asiguraţi-vă că elevii înţeleg distincţia dintre prejudecată şi lipsa de simpatie. De regulă, oamenii au prejudecăţi referitoare la grupuri şi antipatii referitoare la indivizi. Cu toate acestea, prejudecăţile pot fi manifestate împotriva indivizilor în calitatea lor de membri ai unui grup particular.



NOTĂ: S-ar putea să fie nevoie să explicaţi elevilor ce este un grup etnic (cultural). Este mai simplu să le daţi exemple de diferite grupuri etnice din regiunea sau din ţara lor.

3. Cereţi elevilor să-şi schimbe partenerii, astfel încît să fie formate perechi noi. Încercaţi ca fiecare elev să aibă atît experienţa unei discuţii cu parteneri fete, cît şi experienţa unei discuţii cu parteneri băieţi.
4. În noua pereche, elevii vor compara răspunsurile lor la chestiunile din fişa de lucru.

## *DISCUŢIE*

* Ce fel de prejudecăţi credeţi că sunt cele mai obişnuite? De ce?
* Cu ce fel de prejudecăţi aţi fost confruntaţi pînă acum?
* Ce aţi putea să faceţi în cazul în care aţi întîlni o persoană care gîndeşte despre voi pe baza prejudecăţilor?
* Unii oameni nu-şi schimbă opiniile cu nici un preţ. Să presupunem că în clasă este un băiat nou. Una dintre fetele din clasă afirmă foarte repede că ei îi place mult de noul venit. Singurele lucruri pe care le ştie despre el sunt religia elevului şi înfăţişarea sa. De ce este important pentru ea să fie dispusă să-şi schimbe părerile dacă află lucruri noi despre el?
* În ce situaţie se poate întîmpla ca prejudecăţile să nu fie periculoase?

### ACTIVITATEA DE CONSOLIDARE I

Cereţi elevilor, împărţiţi în grupe de cîte 4 sau 6, să noteze un anumit lucru pe care l-ar putea face pentru a contribui la diminuarea prejudecăţilor enumerate în fişa de lucru. Elevii ar putea să indice şi un astfel de lucru pe care l-ar putea face şcoala. Aceste idei ar putea fi scrise pe postere şi expuse tot timpul anului. Ideile despre felul în care şcoala ar putea să se implice în acţiunile de reducere a prejudecăţilor ar putea fi expuse într-o scrisoare către director, către organizaţia profesorilor şi a părinţilor, către Consiliul şcolii.

### ACTIVITATEA DE CONSOLIDARE II

Invitaţi o persoană aparţinînd unui anumit grup afectat de un anumit tip de prejudecată (vezi fişa de lucru) pentru a discuta cu elevii. O altă zi poate fi rezervată pentru o sărbătorire a culturilor şi diversităţii. Membrii familiilor ar putea fi implicaţi ca 1) să gătească mîncăruri care plac membrilor grupului etnic respectiv, 2) să vorbească cu elevii, 3) să formeze propriul lor grup de discuţii, pentru a vorbi despre felul în care ar putea fi diminuate prejudecăţile sau 4) să vorbească despre credinţe şi valori ale etniei respective.

---

Adaptare cu permisiune după Berry, Joy. Every Kid's Guide to Overcoming Prejudice and Discrimination. Children's Press, Chicago, 1987.

## *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

1. Ce este o prejudecată?

2. Există multe tipuri de prejudecăți. Unele dintre acestea sunt explicate în ceea ce urmează. Prezentați în scris dedesubtul fiecărui tip de prejudecată o situație în care cineva ar putea să exprime acest tip de prejudecată.

**Prejudecăți legate de vîrstă:** se manifestă cînd îi etichetăm pe ceilalți pe baza vîrstei lor.

**Prejudecăți legate de religie:** se manifestă cînd îi etichetăm pe ceilalți pe baza credinței religioase a acestora.

**Prejudecăți legate de apartenența etnică:** se manifestă cînd îi etichetăm pe ceilalți pe baza apartenenței lor la un grup etnic. Ceilalți devin victime ale prejudecăților din cauza culturii lor, a limbii, a portului, a hranei sau a structurilor sociale.

**Prejudecăți legate de apartenența națională:** se manifestă cînd îi etichetăm pe ceilalți pe baza țării de origine a familiei acestora.

**Prejudecăți legate de aspectul fizic:** se manifestă cînd îi etichetăm pe ceilalți după aspectul lor fizic.

**Prejudecăți legate de tare fizice:** se manifestă cînd îi judecăm pe ceilalți pe baza unor tare fizice, precum orbirea, surditatea, dificultățile de învățare sau folosirea unui scaun cu rotile.

**Prejudecăți legate de sex:** se manifestă cînd îi judecăm pe ceilalți în funcție de apartenența lor la genul masculin sau cel feminin.

**Prejudecăți legate de situația economică sau de apartenența la o clasă socială:** se manifestă cînd îi judecăm pe ceilalți după cît de bogați sau cît de săraci sunt.

**Prejudecăți legate de rasă:** se manifestă cînd îi etichetăm pe ceilalți după culoarea pielii sau după alte trăsături distinctive ale unui anumit grup.





## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să definească discriminarea;
2. să explice cum ne simțim în situația în care suntem discriminați.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Discriminare
Prejudecată

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Discriminarea apare cînd cineva exprimă o prejudecată și-i tratează în consecință pe alții în mod nedrept. Să presupunem că Ioan are această prejudecată că fetele nu sunt bune atlete. Dacă Ioan nu va permite fetelor să joace fotbal cu el, invitîndu-i însă la joacă pe toți băieții din clasă, el le discriminează pe fete. El le tratează nedrept.

În cadrul acestei activități, elevii sunt împărțiți în două grupe. Elevilor li se explică regulile jocului. Pentru a respecta regulile, elevii din fiecare grup îi discriminează consecvent pe cei din celălalt grup. Pe această bază, elevii se vor confrunta cu experiența discriminării.

## *MATERIALE*

Două bucăți de hîrtie pentru fiecare elev și un spațiu liber în mijlocul clasei (scaunele și pupitrele pot fi mutate la perete)

## *ACTIVITATE*

1. Împărțiți clasa în două grupuri. Cele două grupuri se deplasează în colțuri opuse ale încăperii. Asigurați-vă că fiecare elev are în mînă două bucăți de hîrtie.
2. Spuneți unuia dintre grupuri că numele său este „Cei galbeni", iar celuilalt grup că numele său este „Cei albaștri".

## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Aceasta este o activitate simplă, care se desfășoară repede, foarte folositoare dacă este realizată cu elevi mici.

Pentru ca activitatea să fie eficientă, cereți elevilor să respecte cu strictețe regulile. Mai exact, dacă un elev se uită la un altul, el/ea trebuie să facă ceea ce cer regulile (elevii ar trebui să ignore adevăratele lor sentimente pentru ceilalți).

După realizarea activității și după discutarea întrebărilor, elevii pot fi împărțiți în grupe mici (de cîte 4 sau 6) pentru a discuta împreună despre cazuri de discriminare pe care le-au trăit, la care au fost martori sau de care au auzit.

Deoarece această activitate implică multă emotivitate, puteți să o încheiați cu un exercițiu de relaxare, prin intermediul căruia clasa este reunită ca grup mare. Astfel de activități de îndepărtare a stresului s-ar putea să fie mai potrivite în anumite clase.

3. Elevii urmează să dea mîna cu fiecare membru al grupului lor.
4. Toți elevii se deplasează acum spre centrul încăperii.
5. Dați elevilor următoarele instrucțiuni: „Hîrtia din mîna voastră nu este hîrtie. Este, de fapt, aur. Vreți să obțineți cît se poate de mult aur. Vă veți plimba prin încăpere. Va trebui să întrebați fiecare persoană la care vă uitați dacă vă dă bucata ei de aur (bucata de hîrtie). Dacă cineva din propriul grup vă întreabă dacă poate primi o bucată de aur de la voi zîmbiți-i și dați-i o bucată (în cazul în care mai aveți una). Dacă cineva din celălalt grup vă cere o bucată de aur, încruntați-vă și spuneți-i: "Nu, copilaș mic, mic. Nu primești o bucată de aur".

   Cereți elevilor să continue să se plimbe prin încăpere și după ce și-au dat aurul și să participe în continuare la joc. (Dacă se uită la cineva din propriul grup, pot să reprimească aurul.)
6. Activitatea se va desfășura în acest fel timp de cinci minute, după care elevii vor forma un cerc mare.

## ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Cum v-ați simțit cînd ați cerut cuiva din propriul grup o bucată de aur?
* Cum v-ați simțit cînd ați cerut cuiva din celălalt grup o bucată de aur?
* V-ați surprins pe voi înșivă în situația de a-i evita pe membrii celuilalt grup? De ce?
* Explicați colegilor ce înseamnă discriminarea. (Puteți face apel la informațiile preliminare, dacă este nevoie.)
* În ce fel este legată această activitate de discriminare?
* De ce este discriminarea nedreaptă față de oameni?
* Ați fost vreodată în situația de a fi discriminați? Dar persoane pe care le cunoașteți? În ce fel?





## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să definească discriminarea;
2. să recunoască acțiunile discriminatorii care îi afectează pe oameni în mediul în care trăiesc aceștia;
3. să identifice emoțiile legate de evenimente în care apare discriminarea;
4. să analizeze critic părerile care se află la baza discriminării.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Gîndire analitică
Discriminare
Prejudecată

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

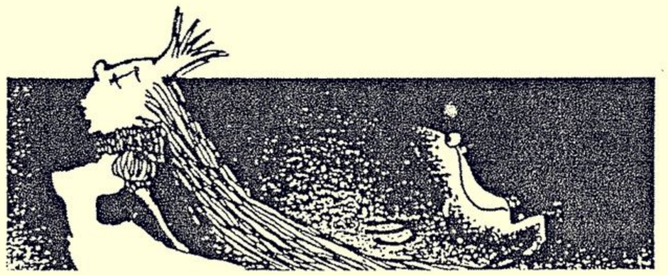
Discriminarea este acțiunea prin care persoanele sunt tratate diferit, în funcție de vîrstă, religie, etnicitate, cetățenie, tare fizice, sex, clasă socială, rasă ș.a.m.d. Ea este prejudecata manifestată. Deoarece unii oameni pot fi excluși pe baza discriminării de la anumite activități sau din anumite grupuri, acești oameni pot avea resentimente, se pot simți furioși sau răniți.

## *MATERIALE*

Hîrtie și creioane

## *ACTIVITATE*

1. Discutați ce se înțelege prin discriminare.



## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Țineți seama că aceasta poate să fie o activitate extrem de delicată. Descrierea actelor de discriminare poate afecta membrii unor grupuri etnice, rasiale sau ai altor grupuri din clasa dumneavoastră.

Nu ignorați remarcele pe care elevii le-ar putea avea și care exprimă prejudecăți. Transformați aceste remarce în prilejuri pentru discuție și pentru învățare. De exemplu, întrebați elevii cum se întîmplă că oamenii își formează prejudecăți și ce fel de efecte pot avea astfel de remarce asupra altora. Întrebați-i: „Ce fel de persoană este cel/cea care exprimă o prejudecată? De ce?".

Încercați să nu-i determinați pe elevi să se situeze pe o poziție defensivă. Nu le impuneți anumite puncte de vedere. Dați-le voie să-și exprime punctele de vedere în mod egal față de ceilalți. În cele mai multe cazuri, cereți întregii clase să comenteze aceste remarce. Nu este, de regulă, înțelept să izolați elevii problemă.

2. Împărțiți elevii în grupe de cîte patru. Fiecare elev a cunoscut deja situații în care un prieten, cineva din familie sau el/ea au fost discriminați. De exemplu, se poate să fi fost vorba de astfel de situații: să te simți exclus pentru că ești supraponderal, nesportiv, urît, să aparții genului „nepotrivit" ș.a.m.d.

3. După ce fiecare elev descrie o astfel de situație în care este implicată discriminarea, grupul va discuta căi de combatere a discriminării.

   Pentru a-i ajuta pe elevi să înțeleagă ce le cereți, dați-le un exemplu. Să presupunem că un elev descrie incidentul în care președintele unui club pentru tineri nu-i permite să facă parte din club din cauza originii sale etnice. Pentru a lupta împotriva discriminării, elevul ar putea să raporteze conducerii școlii ce s-a întîmplat, ar putea să organizeze proteste împotriva clubului, ar putea să vorbească cu președintele clubului despre această situație, ar putea să discute cu alți membri ai clubului ș.a.m.d.

## *ACTIVITATE: PARTEA A II-A*

1. Cereți fiecărui elev să ia un interviu unei persoane în vîrstă (bunici, un prieten/o prietenă în vîrstă, un alt membru al familiei).

2. Cereți elevilor să pună întrebări despre situații în care aceștia au fost martorii unor acte de discriminare sau ai manifestării prejudecăților. Elevii ar trebui să noteze răspunsurile la întrebări. Stabiliți o dată clară pentru evaluare.

NOTĂ: Aveți grijă ca elevii să explice celor vîrstnici că răspunsurile lor la interviu vor fi împărtășite colegilor.

3. Cereți elevilor să aducă foile de hîrtie la oră.

4. Cereți elevilor să scrie în clasă un scurt paragraf despre ceea ce a relatat persoana în vîrstă.

5. Cereți elevilor să-și citească rapoartele în fața clasei. Dacă clasa este numeroasă, împărțiți elevii în grupe de cîte 6 sau 10 elevi.

6. După ce elevii își vor fi citit rapoartele, întrebați-i dacă cred că ar fi posibile perspective diferite despre discriminare (vezi activitatea „Știrile de seară", pentru a înțelege în ce fel pot fi clarificate și explicate diferite puncte de vedere).





## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili să explice ce fel de probleme sunt legate de etichetare.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Atitudini
Comportament
Discriminare
Sentimente
Prejudecăți
Stereotipuri

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Se întîmplă de multe ori să punem etichete altor oameni. A pune etichete poate fi util, deoarece ne ajută să ne organizăm lumea în care trăim. De exemplu, cînd oamenii au dureri de stomac, spunem că sunt „bolnavi". Folosim eticheta (caracterizarea) pentru a descrie succint cum se comportă și ce simt ei. Cu toate acestea, etichetarea nu este un mod nevinovat de a organiza lumea. Cînd caracterizăm alți oameni, îi tratăm de multe ori astfel încît felul lor de a se purta sau de a simți pare să fie întărit de eticheta pusă... Stereotipurile sunt etichete puse oamenilor.

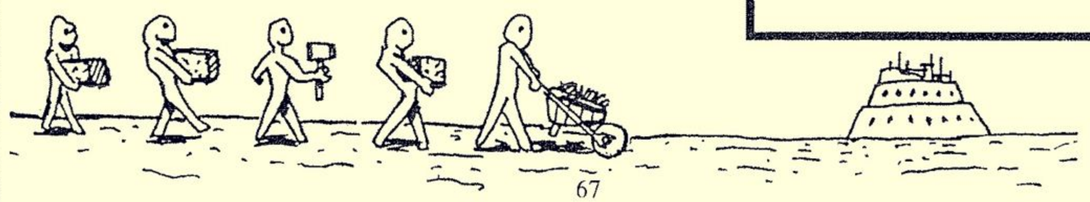
Cînd gîndim prin stereotipuri, influențăm comportamentul celorlalți oameni, ca și propriul nostru comportament. Astfel, este posibil să-i considerăm buni sportivi pe toți oamenii înalți; felul în care îi tratăm influențează raporturile lor cu noi și, invers, acest lucru influențează relațiile noastre cu ei.

## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Date suplimentare despre stereotipuri, prejudecăți și discriminare găsiți în informațiile preliminare de la activitățile „Cei galbeni și cei albaștri" și „Despre stereotipuri".

Pentru a da o notă personală acestei activități, puteți să le cereți elevilor să-și descrie propriile experiențe legate de prejudecăți, de discriminare și de stereotipuri. Deoarece este vorba aici de aspecte emoționale, încurajați-i pe elevi să se respecte unii pe ceilalți. Acest lucru înseamnă că nimeni nu are voie să tachineze, să întrerupă sau să învinovățească pe altcineva. Cereți elevilor ajutorul pentru a promova această regulă a respectului înăuntrul și în afara clasei.

Dacă observați tensiuni în cadrul grupului, puteți recurge la sfîrșit la o activitate de relaxare.



## *MATERIALE*

Mult spațiu, adeziv și cărți de vizită sau bucăți mici de hîrtie (cîte una de fiecare elev din clasă). Scrieți pe fiecare carte de vizită mesajele următoare:

Zîmbește-mi.
Încruntă-te la mine.
Fă-mi mutre și spune-mi că nu știu nimic.
Ascultă tot ceea ce îți spun.
Fă tot ceea ce îți spun.
Fă tot ceea ce fac eu.
Continuă să schimbi subiectul.
Nu asculta nimic din ce spun.
Vorbește cu mine de parcă aș avea șase ani.

S-ar putea să fie nevoie să scrieți același mesaj de mai multe ori pe cărțile de vizită, astfel încît să fie destule cărți pentru toți elevii.

## *ACTIVITATE*

1. Împărțiți cîte o carte de vizită fiecărui elev, cerîndu-le să nu le arate nimănui din clasă.
2. Dați fiecărui elev puțin adeziv.
3. Cereți fiecărui elev să lipească cartea lui de vizită pe spatele unei persoane de lîngă el, avînd grijă ca acea persoană să nu vadă ceea ce scrie pe cartea de vizită.
4. Împărțiți elevii în grupe de cîte 4 sau 6 și spuneți-le că vor avea de realizat o statuie omenească despre o situație în care cineva ajută pe altcineva.[1] De exemplu, elevii ar putea realiza o statuie umană reprezentînd cîțiva copii care ajută o doamnă în vîrstă să treacă strada, copiii ajutîndu-i pe părinți să facă curat în casă ș.a.m.d.
5. Fiecare grup urmează să decidă ce va sculpta.
6. Membrii fiecărui grup trebuie să muncească împreună pentru a crea statuia. DAR, FIECARE ELEV TREBUIE SĂ-I TRATEZE PE CEILALȚI ÎN CONCORDANȚĂ CU MESAJUL DE PE SPATELE PERSOANEI. De exemplu, să presupunem că Ioan are scris pe spatele lui „Spune-mi ce să fac". De fiecare dată cînd cineva îl vede pe Ioan, îi spune acestuia ce să facă.
7. După aproximativ douăzeci de minute, cereți fiecărei grupe să revină la locuri; fiecare grupă va înfățișa celorlalți statuia realizată. Spuneți grupelor că elevii nu au încă voie să-și scoată înscrisurile de pe spate, nici să se uite la ele.
8. După ce toate grupele și-au expus statuile realizate, permiteți elevilor să-și scoată de pe spate mesajele.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Cum v-ați simțit să fiți tratați într-un anumit fel?
* Cereți elevilor să spună ce mesaj au avut pe spate. În ce fel a influențat mesajul productivitatea întregii grupe?
* Ar fi fost oare grupa voastră mai productivă în lipsa etichetelor de pe spatele vostru? De ce da sau de ce nu?
* Oamenii se etichetează unii pe ceilalți în „realitate"? Obișnuiesc copiii și adulții să-i eticheteze pe ceilalți ca buni, răi, autoritari, drăguți sau răutăcioși, fără măcar să-i cunoască bine?
* Ce este rău în a pune etichete oamenilor?
* Ați fost etichetați vreodată de către o persoană într-un fel care nu v-a plăcut? În ce fel?
* Să presupunem că cineva crede despre dumneavoastră că sunteți o persoană rea, deoarece aveți părul închis la culoare. Cum ați putea să schimbați părerea acelei persoane despre dumneavoastră?
* De unde ne vin multe din gîndurile și părerile pe care le avem despre ceilalți? (De la prieteni, părinți, rude, profesori etc.)
* Este ușor sau greu să scăpăm de o etichetă odată ce ea devine cunoscută? Cum ați putea scăpa de ea?

[1] O statuie umană este realizată cînd elevii descriu o anumită situație, folosindu-și corpurile proprii. După crearea statuii, ei rămîn nemișcați, ca la fotograf. Desigur, unul dintre membrii grupului trebuie să fie sculptorul, care le spune celorlalți cum să stea. În cazul acestei activități nu este nevoie de sculptor.

## *PRIETEN SAU DUȘMAN?*

### *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să explice diferențele dintre patriotism și etnocentrism;
2. să explice ce înseamnă „imaginea dușmanului";
3. să numească sentimente asociate cu discriminarea și cu prejudecățile.

### *CONCEPTE-CHEIE*

Discriminare
Imaginea dușmanului
Patriotism/ Etnocentrism
Prejudecată

### *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Patriotismul este mîndria pe care cineva o simte pentru țara sa. Această mîndrie este adeseori benefică pentru cetățenii unei țări; ea poate contribui la dezvoltarea unor atitudini optimiste legate de muncă. Dar ideile patriotice sunt transformate uneori în concepția că țara proprie și cetățenii ei sunt superioare altor țări și cetățenilor acestora.

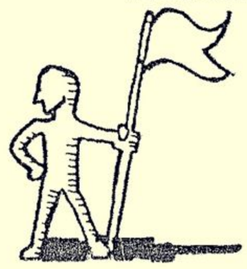
În acest caz, este vorba de etnocentrism: cetățenii creează imaginea străinilor ca fiind inferiori. De regulă, ideile despre străini sunt bazate pe informații generale și/sau neadecvate.

Cînd două țări sunt implicate într-un conflict dușmănos, apare adeseori o imagine negativă a dușmanului, ca element component al modului de gîndire al cetățenilor. Prin imaginea dușmanului, toți membrii unei națiuni străine dușmane sunt văzuți ca fiind răi, lipsiți de valoare, oameni fără inimă, nedemni de încredere. De exemplu, dacă țara X este în război cu țara Y, unii dintre cetățenii lor s-ar putea să-i vadă pe toți cetățenii celeilalte țări ca fiind răi, josnici și setoși de sînge. Cînd oamenii

### *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Scoateți în evidență diferența dintre patriotism și etnocentrism. Pentru a exemplifica diferența, puteți recurge la o comparație: elevii, la fel ca anumite țări, formează uneori găști (grupuri de prieteni). Găștile sau clicile sunt un lucru bun, deoarece elevii se simt incluși și doriți. Dar uneori clicile sunt atît de rigide și de închise, încît ceilalți sunt excluși cu cruzime sau sunt priviți de sus.

Ceilalți ar putea să se simtă respinși, izolați, depresivi sau chiar furioși și dornici de răzbunare. În același fel, patriotismul este sănătos, dar etnocentrismul poate duce la resentimente față de străini.





adoptă concepția legată de imaginea dușmanului, ei exprimă stereotipuri despre întregul grup, fără a avea în vedere toate elementele necesare pentru formarea unei judecăți drepte.

Activitatea următoare permite elevilor să aibă experiența la scară mică a patriotismului, a etnocentrismului și pe cea a imaginii dușmanului.

### *MATERIALE*

Mult spațiu pentru mișcare

### *ACTIVITATE*

1. Împărțiți clasa în grupe (nici o grupă nu ar trebui să aibă mai mult de 6 sau de 8 membri). Cereți fiecărei grupe să se îndrepte spre o altă parte a încăperii.
2. Spuneți elevilor că vor crea statui umane. Explicați elevilor că o statuie umană este creată cînd elevii descriu evenimente sau idei, folosindu-și propriul corp. De exemplu, statuia ar putea înfățișa o situație în care are loc discriminarea cuiva, o scenă în care cineva este afectat de prejudecăți (de pildă, un băiat este rănit deoarece camarazilor săi nu le plac elevii roșcați, sau orice altă situație care poate fi inventată). Fiecare grupă își va alege un „sculptor", care îi va ajuta pe ceilalți elevi să-și poziționeze corpurile. Elevii exersează apoi crearea de statui și rămîn nemișcați, ca și cum ar fi la fotograf.
3. Înainte ca fiecare grupă să înceapă să-și modeleze statuia, explicați că această activitate are caracterul unei competiții. Spuneți elevilor că veți evalua statuile și că elevii din grupa cîștigătoare vor primi un premiu substantial (de pildă, nu vor primi teme de casă timp de două săptămîni, vor primi vacanțe suplimentare sau pauze de masă mai lungi etc.); de asemenea, explicați elevilor că cei din grupele pierzătoare vor suferi pierderi importante (de pildă, teme de casă suplimentare în următoarele două săptămîni, lipsa recreațiilor pe întreg parcursul săptămînii etc.). Ca profesori, aveți libertatea de a stabili cum doriți aceste recompense sau pedepse, ținînd seama de obiectivul exercițiului.
4. Spuneți fiecărei grupe că va avea la dispoziție cincisprezece minute pentru a realiza o statuie umană înfățișînd prejudecățile sau discriminarea. Fiecare grupă ar trebui să se gîndească la un nume pentru statuia proprie.
5. După ce grupele și-au conceput statuile, cereți-le să le înfățișeze celorlalți. Sculptorul fiecărei grupe spune clasei numele statuii și explică ideea sau situația reprezentată. Asigurați-vă că, în timp ce observă statuile celorlalte grupe, elevii rămîn în grupele proprii și că nu se reîntorc la locurile lor.
6. Mărturisiți clasei că v-a fost foarte greu să decideți care grupă este cîștigătoare. Cereți unor voluntari din fiecare grupă să răspundă la întrebarea: " De ce credeți că statuia voastră este mai bună decît a celorlalte grupe?". Încurajați-i pe elevi să fie sinceri și să spună orice le vine în minte. Subliniați faptul că toată lumea trebuie să asculte cu atenție cînd vorbește o persoană dintr-o grupă. Cel mai probabil, elevii din fiecare grupă vor scoate în evidență aspectele pozitive ale muncii proprii și vor subaprecia aspectele pozitive legate de munca altor grupe. Membrii grupelor vor considera că grupa lor este cea mai bună.
7. Cereți grupelor să răspundă la următoarele întrebări, după care continuați cu pasul #8.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Ce veți simți pentru celelalte grupe dacă grupa voastră va cîștiga? Dar dacă va pierde?

* Ce ați simțit pentru membrii celorlalte grupe înainte de începerea activității? În ce fel s-a schimbat părerea voastră despre ei? Ce credeți că a contribuit la schimbarea punctului vostru de vedere?

8. MĂRTURISIȚI ELEVILOR CĂ A FOST DOAR O GLUMĂ CÎND LE-AȚI SPUS CĂ VOR FI ÎNVINGĂTORI ȘI ÎNVINȘI ÎN ACEST JOC.

   OPȚIONAL: Spuneți elevilor că le veți da tuturor recompense egale (de pildă, mai puține teme de casă pentru o seară, mai mult

timp liber sau pauze de masă mai lungi), pentru a scoate în evidență faptul că toți oamenii sunt egali; în anumite situații, oamenii par să fie diferiți, deoarece sunt priviți prin prisma prejudecăților.

## ÎNTREBĂRI SUPLIMENTARE PENTRU DISCUȚII

* Cum îi vedeți acum pe cei din alte grupe, după ce ați aflat că nu vor fi cîștigători și învinși?
* Multe țări sunt în competiție; unele țări sunt chiar în război cu altele. În ce fel credeți că sentimentele voastre pentru celelalte grupuri ar putea fi asemănătoare celor dintre țări aflate în război? În ce fel au fost sentimentele voastre diferite? (Explicați ideile de imagine a dușmanului, de patriotism și de etnocentrism.)

---

Adaptare cu permisiune după Fitzduff, Mari. Community Conflict Skills. Express Litho, Belfast, Ireland, 1988.



# *DE-A TELEFONUL*

## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili să identifice exemple în care propaganda este folosită pentru a se încerca persuadarea lor.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Gîndire analitică
Mass-media
Propagandă

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Prin propagandă se înțelege răspîndirea de informații pentru a susține scopurile unui grup. Multe firme și companii folosesc propaganda pentru a face ca produsele lor să pară mai atractive. Uneori, guverne și indivizi folosesc de asemenea tehnicile propagandistice pentru a-i convinge pe oameni că ideile lor sunt cele mai bune. Această lecție îi familiarizează pe elevi cu puterea pe care o are propaganda.

## *MATERIALE*

Nu este nevoie

## *ACTIVITATE*

1. Cereți elevilor să stea cu toții într-o linie dreaptă.
2. Șoptiți în urechea primului elev din rînd următorul mesaj: „Băiatul cel scund și brunet a țipat la băiatul înalt și blond pentru că sora băiatului înalt și blond a fost extrem de nepoliticoasă cu băiatul scund și brunet, dar acum sunt iar cu toții prieteni".
3. După receptarea mesajului, fiecare elev trebuie să-l șoptească persoanei următoare.
4. La sfîrșit, comparați mesajul final cu cel pe care profesorul l-a citit (șoptit) primului elev.

## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Dacă mesajul din această activitate pare să fie prea complicat pentru elevii dumneavoastră, puteți să creați dumneavoastră înșivă unul sau să cereți elevilor să-l creeze.

Pentru a susține demersurile din această lecție, ați putea aduce articole sau mostre de publicitate din ziare sau reviste care utilizează în mod clar tehnici de propagandă. Cereți elevilor să discute despre ce tehnici este vorba și despre felul în care oamenii sunt afectați de acestea.

## ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* S-a schimbat mesajul? De ce?
* Care sunt cîteva moduri de a ne asigura că un anumit lucru este adevărat? De exemplu, să presupunem că aveți doi prieteni, Iulian și Clara. După ore, Clara merge spre voi și vă șoptește la ureche că a auzit că Iulian a furat un pliculeț cu ceai de la cofetărie. Cum putem ști dacă Iulian a furat ceaiul? Cum se poate întîmpla ca mesajele să devină confuze?
* Cum se poate întîmpla ca știrile dintr-un ziar să nu fie adevărate? Pentru a răspunde la această întrebare, gîndiți-vă la jocul tocmai realizat.
* Cum putem ști că știrile din ziare, de la radio sau de la televiziune sunt adevărate?
* Cum putem descoperi ce știre este adevărată și ce știre nu este adevărată?



# *PUBLICITATE PENTRU O PETRECERE*

## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să descrie tehnici obișnuite de propagandă;
2. să descrie exemple de utilizare a tehnicilor de propagandă;
3. să explice felul în care sunt folosite tehnicile de propagandă pentru a influența opiniile oamenilor;
4. să descrie felul în care grupuri mari fac apel la propagandă.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Mass-media
Propagandă

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Prin propagandă se înțelege răspîndirea de informații pentru a promova scopurile unui grup. Propaganda este un fel de publicitate care poate să facă adeseori ca anumite produse și idei să pară mai atractive decît în realitate.

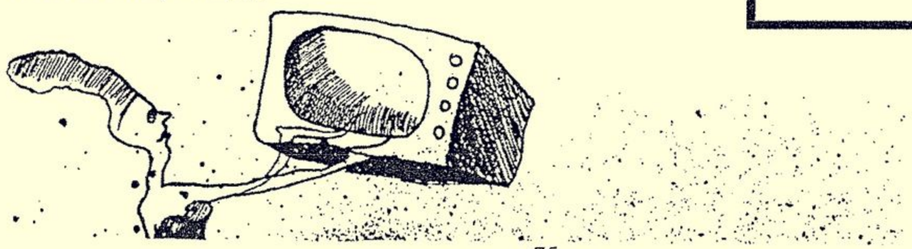
Propaganda poate fi folosită pentru a persuada oamenii; în funcție de felul în care este folosită, ea le poate fi utilă sau dăunătoare acestora. De exemplu, propaganda poate fi folosită pentru a-i influența pe oameni să folosească pasta de dinți; o televiziune comercială ar putea afirma: „Toată lumea folosește pasta de dinți X pentru prevenirea cariilor". Pe de altă parte, propaganda ar putea fi folosită în scopuri mercantile, pentru a arăta cît este de bine să folosim zahărul. O televiziune comercială ar putea afirma: „Mulți experți sunt de acord că zahărul vă face foarte bine".

## *MATERIALE*

Fișa de lucru a elevilor „Publicitate pentru o petrecere", foi mari de hîrtie și creioane

## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Pentru a întări mesajul acestei lecții, aduceți în clasă un articol sau o reclamă dintr-un ziar sau dintr-o revistă în care sunt utilizate tehnici clare de propagandă. Cereți elevilor să discute ce tehnici sunt folosite și cum sunt oamenii influențați de acestea.



## *ACTIVITATE*

1. Împărțiți elevilor Fișa de lucru „Publicitate pentru o petrecere ".
2. Discutați cu elevii diferitele forme ale propagandei și felul în care acestea sunt folosite pentru a influența oamenii.
3. Cereți elevilor să se gîndească la un exemplu de folosire a tehnicilor de propagandă.
4. Împărțiți clasa în grupe de cîte 4 membri.
5. Spuneți elevilor că la școală va avea loc o petrecere. Acestei petreceri i se va face publicitate la televiziune.
6. Fiecare grupă trebuie să creeze două spoturi publicitare. Primul va oferi doar informații factuale despre petrecere. Toate informațiile factuale legate de petrecere trebuie cuprinse în clip. Cel de-al doilea clip va folosi tehnici de propagandă pentru a face petrecerea să pară incredibil de mare și de amuzantă; grupele vor recurge la fapte măsluite sau la exagerări. Elevii vor avea și posibilitatea de a face desene pe hîrtie, care să susțină spoturile lor publicitare.

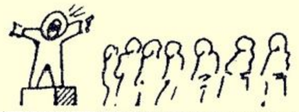
### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Ce fel de tehnici de propagandă a folosit fiecare grup? În ce fel au fost acestea persuasive în mod eficient?
* Cum este folosită propaganda pentru a-i influența pe oameni?
* În ce fel ne poate ajuta învățarea tehnicilor de propagandă?
* Cum a fost folosită propaganda pentru a-i influența pe oameni?
* Cum utilizează școlile, companiile și guvernele propaganda pentru a-i influența pe oameni?
* Cum utilizează oamenii propaganda cînd sunt în conflict? (Lecția următoare — „Bătălia propagandistică" — se ocupă de acest aspect.)

---

Din Elementary Perspectives: Teaching Concepts of Peace and Conflict by William J. Kreidler. Copyright 1990 by Educators for Social Responsability and William J. Kreidler. Retipărită într-o formă adaptată, pentru care s-a obținut permisiunea.





## *PUBLICITATE PENTRU O PETRECERE*

## *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data7*_____

Tehnicile obișnuite de propagandă sunt:

I. **Invitația de a adera la o acțiune de succes:** Toată lumea face acest lucru, deci ar trebui să-l faci și tu.

II. **Selecția faptelor:** Să facem publicitate faptelor care ne ajută ca produsul sau ideile noastre să pară bune! Dar să nu pomenim nimic despre aspectele rele ale produsului sau ale ideii.

III. **Opinia experților:** Dacă o persoană celebră sau un expert susțin că produsul respectiv este bun, el „trebuie" că este bun!

IV. **Specularea emoțiilor:** Dacă sunteți îndrăgostit(ă), trist(ă) sau fericit(ă), acestea sunt produsele sau ideile de care aveți nevoie.

V. **Repetarea numelui produsului sau ideii:** Acestea sunt cel mai bun produs sau cea mai bună idee! Acestea sunt cel mai bun produs sau cea mai bună idee! Acestea sunt cel mai bun produs sau cea mai bună idee! ș.a.m.d.

VI. **Afirmarea unor lucruri negative despre concurență:** „Ei vă mint și încearcă să vă convingă că pîinea lor este proaspătă, dar pîinea noastră este de departe cea mai proaspătă".

# *BĂTĂLIA PROPAGANDISTICĂ*

## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili să identifice în ce fel utilizează oamenii tehnicile de propagandă în timpul confruntărilor.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Analiza conflictelor
Conflicte între egali
Propagandă
Conflicte școlare

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

În timpul unor dispute, oamenii încearcă de multe ori să-i convingă pe ceilalți că argumentele lor sunt corecte. Chiar fără să-și dea seama, mulți oameni se folosesc de tehnici de propagandă pentru a-și susține argumentele. Înțelegerea felului în care sunt utilizate tehnicile de propagandă ne poate ajuta să distingem între argument și fapt și între adevăr și ficțiune.

## *MATERIALE*

Fișele de lucru ale elevilor „Publicitate pentru o petrecere" și „Bătălia propagandistică"

## *ACTIVITATE*

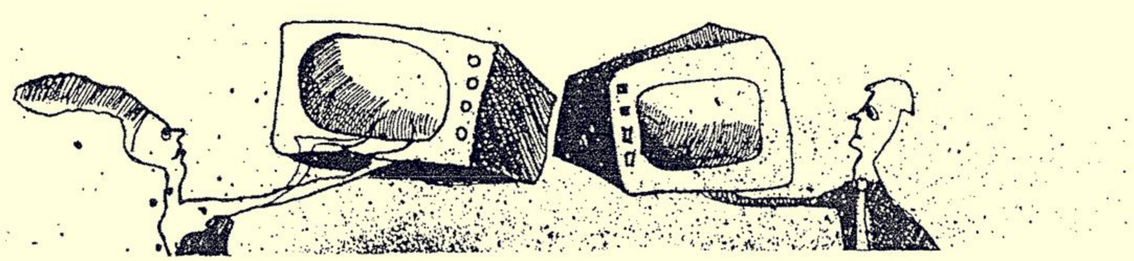
1. Împărțiți elevilor cele două Fișe de lucru — „Publicitate pentru o petrecere " și „Bătălia propagandistică".
2. Cereți unor voluntari (doi — un băiat și o fată) să vină în fața clasei.
3. Cereți celor doi voluntari să interpreteze rolurile din fișa de lucru „Bătălia propagandistică". În timp ce privesc jocul de roluri, elevii notează tehnicile de propagandă pe care le folosește fiecare persoană.
4. Abordați tehnicile de propagandă folosite. Răspunsurile privind tehnicile de propagandă folosite în jocul de rol sunt:

   (1) Imitația succesului
   (2) Specularea emoțiilor
   (3) Opinia experților
   (4) Selecția faptelor
   (5) Repetarea ideilor
   (6) Folosirea comentariilor negative.

5. Împărțiți elevii în grupe de 4 sau de 6.
6. Jumătate dintre grupe vor interpreta jocuri de rol, arătînd, prin folosirea tehnicilor de propagandă, care sunt aspectele pozitive ale școlii. De exemplu, elevii ar putea crea un clip publicitar care să arate că „toată lumea iubește școala". Cealaltă jumătate dintre grupe vor interpreta jocuri de rol, arătînd, prin folosirea tehnicilor de propagandă, care sunt aspectele negative ale școlii. De exemplu, elevii ar putea crea un clip publicitar care să arate că „experții admit că școala este plictisitoare".

## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Pentru a-i ajuta pe elevi să înțeleagă tehnicile de propagandă, poate fi de folos să realizați mai întîi activitatea „Publicitate pentru o petrecere", după care puteți facilita activitatea despre bătălia propagandistică.





### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* În ce situații ați constatat că se folosesc tehnici de propagandă?
* Ce exemplu puteți da de situație în care cineva cunoscut a folosit tehnici de propagandă în argumentare?
* În ce fel ați putea să folosiți tehnici de propagandă pentru a scoate în evidență aspectele pozitive ale școlii?
* În ce fel ați putea folosi tehnici de propagandă pentru a scoate în evidență aspectele negative ale școlii?

## *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

**Tipul propagandei**

Lia: Hei, Petre, ți-ai făcut astăzi temele la matematică? Trebuia să le faci pentru astăzi, nu-i așa?

Petre: Da, le-am făcut.

Lia: Lasă-mă să le copiez. Nu vreau să iau o notă proastă la materia asta.

Petre : Nici gînd! Am muncit toată noaptea la teme.

Lia: Hai, fii serios! Toți copiază tot timpul temele de la toată lumea. (1)

Petre : Nu-mi pasă.

Lia: Dacă-mi ești cu adevărat prieten, dacă-ți pasă cu adevărat de mine și îți plac ca prietenă, mă lași să copiez temele. Te rog... (2)

Petre : Fii atentă, chiar ai început să mă plictisești. Am spus nu.

Lia: Dar nu-i nimic rău dacă mă lași să copiez temele. Am citit într-o revistă că a copia tema de la cineva este același lucru cu a ți-o face singur. (3)

Petre : Da, sigur. Dacă nu te oprești, mă duc la profesor să te pîrăsc.

Lia: Dar ce-i așa de rău că vreau să copiez de la tine? Gîndește-te bine! Tu vei avea tot timpul note mari la matematică. O să iau și eu una. (4)

Petre : Dar ce se va întîmpla dacă ne prinde profesorul? Ce se va întîmpla dacă află părinții mei și ai tăi că am trișat?

Lia: Petre, nu fi prost. Nimeni n-o să ne prindă. Așa că lasă-mă să copiez temele, O.K.? Lasă-mă să copiez temele. Te rog, lasă-mă să-ți copiez temele! (5)

Petre: Nu.

Lia: Acum te porți exact ca Mihai și știm amîndoi că e tot timpul un învins. (6)

Petre : N-o să mă convingi vorbindu-l de rău pe Mihai.

Lia: Am crezut că suntem prieteni!

Petre : Am crezut că ești cinstită!



# *CAPITOLUL AL III-LEA*

# *„EU ȘI TU“*

## O INTRODUCERE LA CAPITOLUL AL TREILEA: EU ȘI TU

Cum ar arăta o lume în care nimeni nu ar comunica cu ceilalți? Ar fi un loc singuratic și trist. Din fericire, ca oameni, avem la dispoziție multe căi de a comunica între noi. Ne exprimăm sentimentele și gîndurile prin limbajul trupului, prin scriere, vorbire, prin țipete, ne înroșim etc.

Comunicarea eficientă este esențială în arta de a face față conflictelor. Totuși, cînd ne aflăm în situații conflictuale, comunicarea devine adeseori complicată și delicată. Se poate întîmpla să ne fie greu să ne exprimăm adevăratele noastre sentimente; se poate întîmpla, de asemenea, să ne simțim frustrați pentru că ceilalți nu înțeleg exact ceea ce simțim noi.

Un element important al comunicării eficiente este acela de a ne păstra mintea deschisă și de a-i asculta pe ceilalți. Conflictele apar adeseori cînd credem că știm care este poziția altor persoane; în lipsa unei comunicări eficiente, s-ar putea să nu fim în stare să înțelegem că supozițiile noastre nu sunt corecte. De exemplu, tăcerea poate fi interpretată în foarte multe feluri: ca semn de furie, de oboseală, de resentiment, de confuzie sau chiar ca semn al durerii de gît.

Așa după cum am afirmat în Capitolul I, fiecare este o persoană unică. Este posibil ca fiecare dintre noi să cunoască lucruri diferite, să aibă credințe diferite și să aibă puncte de vedere diferite. Comunicarea devine adeseori dificilă cînd ne concentrăm asupra diferențelor dintre noi. Aceste dificultăți de comunicare se transformă apoi în conflicte. Acestea interferează mai departe cu actele noastre de comunicare; astfel ia naștere un cerc vicios al comunicării din ce în ce mai ineficiente și al escaladării conflictelor.

Comunicarea și înțelegerea noastră cu ceilalți ajung să fie mai puțin reușite dacă sunt bazate de la început pe prejudecăți despre aceștia. De exemplu, dacă avem prejudecăți foarte mari despre un anumit grup de oameni, este posibil să fim înclinați să-i discriminăm pe membrii acestuia. Ne alimentăm prejudecățile cu atît mai mult cu cît citim și ascultăm doar acele lucruri care sunt în acord cu propriile noastre prejudecăți. În loc să facem schimb de sentimente și de idei, ne formăm noi opinii bazate pe prejudecăți. Ca urmare, apare o ruptură în comunicare. Cercul vicios al conflictului devine tot mai distrugător.

Din fericire, suntem în stare să ne formăm cu toții anumite competențe care să ne ajute să prevenim chiar și apariția acestui cerc vicios al conflictelor. Aceste competențe pot fi formate cu ușurință și tot ușor putem să ne folosim de ele. Activitățile din acest capitol permit elevilor să-și formeze și să-și dezvolte competențe de comunicare solide, care îi ajută să facă față în mod eficient conflictelor.

## *FII ATENT LA PAȘII TĂI!*

### *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să descrie ce simțim cînd avem încredere în alte persoane;
2. să explice de ce este importantă încrederea cînd trebuie să facem față conflictelor.

### *CONCEPTE-CHEIE*

Analiza conflictelor
Prietenie
Legături de grup
Încredere

### *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Încrederea este un aspect esențial al artei de a face față conflictelor. Nu pot exista soluții de durată dacă părțile aflate în conflict nu au încredere unele în altele.

Să presupunem că doi elevi s-au bătut într-o după-amiază. Seara, au încercat să facă pace. Au stat de vorbă, dar li s-a părut că primele minute nu au dus la nimic important. Totuși, tocmai în aceste prime minute elevii au căpătat încredere unul în celălalt.

Înainte să poată rezolva conflictele, elevii trebuie să aibă încredere unii în alții. Decizia de a lucra împreună este primul pas spre rezolvarea conflictelor.

### *MATERIALE*

Fișa de lucru „Drumul încrederii"

### *ACTIVITATE*

1. Elevii se împart în perechi.
2. În fiecare pereche, un elev/ o elevă își închide ochii și se ține de brațul partenerului/ partenerei. Partenerul/ partenera îi

### *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Este important să supravegheați această activitate în așa fel încît să asigurați securitatea fiecărei persoane. Activitatea poate fi realizată cu mai mult succes într-un loc lipsit pe cît posibil de obstacole. Evitați scările, găurile, terenul accidentat sau orice alt loc în care elevii ar putea să se împiedice și să se rănească.

S-ar putea ca la început elevii să aibă rezerve privind participarea lor la această activitate. Cu toate acestea, cei mai mulți elevi vor declara la sfîrșit că ea este una dintre activitățile lor favorite.

Această activitate poate deveni extrem de amuzantă dacă li se permite elevilor să-și conducă partenerii prin holuri sau în afara școlii/ clasei. Din punct de vedere organizatoric, este mai ușor dacă perechile stau într-o linie și urmează o pereche călăuză.

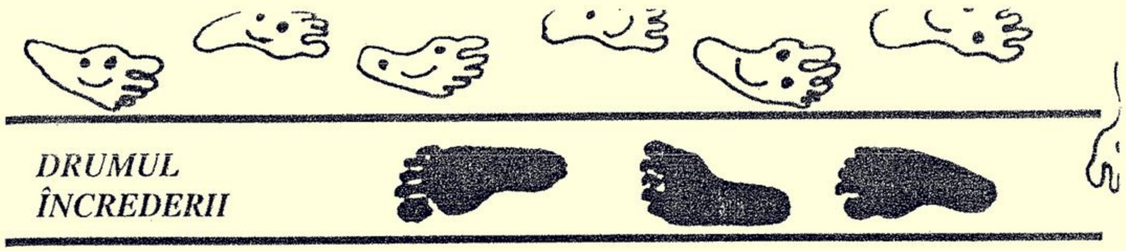
conduce prin încăpere (sau pe afară, situație de preferat). Cereți elevilor să fie extrem de atenți în timp ce-și conduc perechea.

3. După aproximativ 5 minute (sau mai mult, în funcție de spațiul în care elevii se conduc unul pe celălalt), cereți elevilor să nu se mai țină de braț. Acum, persoana cu ochii închiși este ghidată numai cu ajutorul vocii spre locul unde trebuie să meargă.
4. Inversați rolurile și repetați pașii #2 și #3.
5. Purtați o scurtă discuție. Cereți apoi elevilor să completeze Fișa de lucru „Drumul încrederii".
6. Cereți elevilor să-și împărtășească răspunsurile pe care le-au dat în fișă.

## ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Cum v-ați simțit cînd ați mers cu ochii închiși?
* Ați deschis vreodată ochii în timpul mersului? De ce da sau de ce nu?
* Cum v-ați simțit în situația de a avea încredere într-o altă persoană, care să vă ajute să mergeți?
* Ce legătură există între încredere și această activitate?
* De ce este importantă încrederea cînd ne aflăm în situații de conflict?






## *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

***Relatați o experiență sau o situație în care a trebuit să faceți apel la altcineva, pentru a fi ajutați.***

***Să presupunem că în urmă cu două săptămîni v-ați bătut cu cel mai bun prieten și că nici măcar nu mai aveți încredere în el. Dar sunteți obosit de atîta ceartă, vă e dor de prietenul vostru și vreți să faceți pace. Cum ați putea voi și prietenul vostru să învățați să aveți din nou încredere unul în celălalt?***

***De ce este atît de importantă încrederea cînd încercăm să rezolvăm conflictele?***

# *POȚI SĂ PĂSTREZI UN SECRET?*

## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să explice de ce este importantă confidențialitatea;

2. să explice în ce situații poate fi încălcată confidențialitatea.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Confidențialitate
Legături de grup
Încredere

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Confidențialitate înseamnă păstrarea unui secret sau a unei informații cu caracter privat. Ea este o dimensiune importantă a încrederii, iar încrederea este un element esențial al artei de a face față conflictelor. De multe ori, oamenii aflați în conflict nu-și arată adevăratele sentimente, deoarece le e teamă și sunt stînjeniți de faptul că ceilalți ar putea afla detalii despre acesta. De asemenea, exprimarea emoțiilor ne plasează într-o poziție vulnerabilă, întrucît ceilalți pot descoperi ce simțim noi cu adevărat.

Comunicarea este favorizată prin respectarea confidențialității: oamenii se simt mai bine și sunt dispuși să vorbească deschis. De aceea, pentru cei ce doresc o rezolvare constructivă a conflictelor este extrem de important să respecte confidențialitatea.

## *MATERIALE*

Hîrtie, creioane, tablă și cretă (sau bucăți mari de hîrtie și markere/ carioci)

## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Aveți grijă ca elevii să șoptească atunci cînd încearcă să-și ghicească unii altora secretele. Altfel, elevii pot trage cu urechea pentru a descoperi secretele celorlalți.



## *ACTIVITATE*

1. Dați cîte o foaie de hîrtie fiecărui elev. Elevii nu trebuie să-și noteze numele pe hîrtie.

2. Spuneți elevilor că fiecare dintre noi este o persoană deosebită. Fiecare dintre noi are secrete pe care nu le spune celorlalți.

3. Cereți elevilor să noteze pe hîrtie un anumit lucru despre ei înșiși, pe care nu-l știe nimeni altcineva din clasă. De exemplu, elevii ar putea să noteze o poreclă pe care o folosește doar tatăl lor, ceva ce ar vrea să învețe să facă, un loc pe care ar dori să-l viziteze etc. Explicați-le că mai tîrziu în cursul zilei ei vor împărtăși aceste „secrete" celorlalți elevi; subliniați astfel că ei urmează să noteze pe foaie un secret pe care nu se sfiesc să-l împărtășească celorlalți.

4. Strîngeți foile de hîrtie și aveți grijă ca nimeni să nu vorbească despre secretele sale.

5. Notați secretele pe tablă sau pe o bucată mare de hîrtie, numerotîndu-le.

6. În acest timp, cereți elevilor să facă o listă de la 1 la cîți elevi se află în clasă. De exemplu, dacă în clasă sunt 30 de elevi, elevii vor face o listă de la 1 la 30.

7. După ce ați scris pe tablă toate secretele, cereți elevilor să se ridice și să găsească cît se poate de multe corespondențe. Elevii vor merge prin încăpere și vor încerca să „ghicească" ce secret se potrivește cu cine. Dacă cineva a ghicit bine, el/ ea notează numele celeilalte persoane în dreptul numărului secretului care corespunde acelui/ acelei elev/e. Atrageți atenția elevilor să confirme <u>în șoaptă</u> corespondențele corecte (în caz contrar, elevii se vor auzi unii pe ceilalți și vor afla răspunsurile corecte în acest fel).

8. După 10-15 minute întrebați cîți elevi au găsit mai mult de 5 corespondențe corecte (mai mult de 10, mai mult de 15 etc.).

9. Reluați lista secretelor de pe tablă și arătați cui au aparținut ele.

## ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Ce este un secret?

* Cum v-ați simți dacă ați avea un secret pe care l-ați spune celui mai bun prieten, iar acesta l-ar spune altora?

* De ce este important să nu spuneți altora despre o problemă sau despre un conflict povestite de către cineva? În ce situație ar putea fi important să spuneți totuși acest secret cuiva?

* Un prieten vă spune un secret. El/ ea vă mărturisește că s-a gîndit să-și facă rău lui însuși/ ei înseși sau altcuiva. Ar trebui să comunicați acest lucru altei persoane? (Da.) Cui ar trebui să spuneți acest lucru? (Unei persoane mai în vîrstă, de pildă unui părinte sau unui profesor.) De ce? (Cînd cineva este în primejdie să fie rănit, este mai important să-i protejăm securitatea decît să păstrăm un secret. De altfel, chiar faptul că persoana v-a pus la curent cu astfel de intenții poate fi un indiciu că ea ar dori să fie ajutată.)

## ÎNCURCĂTURA

### OBIECTIVE

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

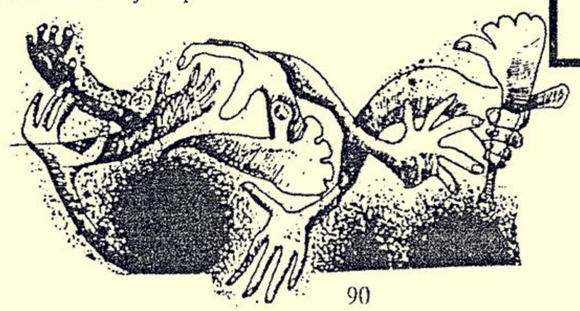
1. să identifice moduri în care oamenii comunică cu ajutorul vocii sau al limbajului trupului;
2. să explice de ce este important să acordăm atenție atît limbajului verbal, cît și celui nonverbal;
3. să descrie experiențe de cooperare și de rezolvare de conflicte în cadrul grupului.

### CONCEPTE-CHEIE

Analiza conflictelor
Cooperare
Legături de grup
Percepții
Rezolvare de probleme
Comunicare nonverbală
Comunicare verbală

### INFORMAȚII PRELIMINARE

O mare parte a actelor noastre de comunicare se realizează cu ajutorul limbajului trupului. Pentru a fi un ascultător atent, este important să acordăm atenție atît cuvintelor unei persoane, cît și comportamentului ei. Uneori, oamenii nu admit direct în cuvinte că sunt furioși, triști ș.a.m.d. De aceea, ascultătorii atenți observă și indiciile nonverbale, cum ar fi felul în care oamenii stau sau în care sunt așezați, ce ne spune expresia feței lor ș.a.m.d. Putem deveni ascultători mai buni dacă suntem atenți la limbajul corporal al celorlalți. De asemenea, noi putem deveni mai buni în actele noastre de comunicare dacă suntem atenți la propriul nostru limbaj corporal.



### INDICAȚII PENTRU PROFESORI

Dacă grupul nu este format dintr-un număr par de elevi, puteți să vă alăturați și dumneavoastră elevilor. Activitatea aceasta este extrem de amuzantă!



Desigur, cea mai bună formă de comunicare apare cînd oamenii iau în seamă atît semnalele transmise de expresiile verbale, cît și pe cele transmise de expresiile nonverbale.

### MATERIALE

Nu este nevoie

### ACTIVITATE

1. Împărțiți elevii din clasă în grupe de cîte 6 sau 8. Fiecare grupă trebuie să aibă un număr par de membri. O grupă de 7, de exemplu, nu va putea lucra.

   NOTĂ: Pentru amuzament, după ce elevii au format grupe de cîte 6 sau 8, cereți-le să formeze grupe mai mari de cîte 10 sau 12. În grupe mici, această activitate devine prea ușoară.

2. Elevii din fiecare grupă urmează să stea în cerc, umăr la umăr.
3. Fiecare urmează să ajungă la mijlocul cercului, dînd mîna cu două persoane diferite. Elevii nu au voie să apuce mîna unei persoane de alături.
4. Elevii încearcă să desfacă nodul fără să dea drumul mîinilor. Cînd sunt gata, elevii ar trebui să stea în cerc, ținîndu-se cu toții de mînă.

   NOTĂ: Unele noduri nu pot fi desfăcute. Pentru a vă da seama dacă nodul poate fi desfăcut, faceți următorul test: înainte de a începe dezlegarea nodului, cereți în fiecare grupă unui elev să transmită celorlalți o strîngere de mînă pornind de la mîna lui dreaptă. Deoarece fiecare elev primește strîngerea într-o mînă, el/ea ar trebui să o transmită prin cealaltă mînă. Cînd strîngerea de mînă ajunge din nou la elevul de la care ea a plecat, ar trebui ca ea să fi fost simțită de către toți elevii din grupă. Dacă nu se întîmplă astfel, elevii ar trebui să-și dea drumul și să încerce încă o dată. Țineți minte că 1) nimeni nu are voie să dea amîndouă mîinile aceleiași persoane și că 2) nimeni nu are voie să dea mîna cu cineva din spatele lui/ei. Dacă aceste teste funcționează, elevii ar trebui să încerce să desfacă nodul.
5. După ce elevii au reușit să dezlege de cîteva ori nodurile, cereți-le să formeze unul nou.
6. Elevii trebuie să încerce acum să desfacă noul lor nod. Dar, de această dată, vocabularul lor va fi limitat la un singur cuvînt: „nod". Ei au voie să se exprime doar prin limbajul corporal și prin tonul vocii, cînd rostesc cuvîntul „nod".
7. După ce elevii vor fi reușit să desfacă nodul, spuneți-le să formeze unul nou.
8. Elevii trebuie să încerce din nou să desfacă nodul. Dar de această dată ei trebuie să tacă: nu au voie să vorbească deloc. Singurul mod prin care se pot exprima este limbajul corporal.
9. Activitatea poate continua cu încă un pas, cerîndu-le elevilor să țină ochii închiși și să nu vorbească.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* În ce fel demonstrează diferitele părți ale acestui joc importanța comunicării?
* S-a simțit cineva frustrat/ frustrată în timpul versiunii tăcute? V-ați simțit frustrați cînd ați vrut să comunicați un anumit lucru cuiva și acesta nu v-a înțeles? De ce? Cum v-ați simțit?
* Oamenii interpretează uneori greșit ceea ce gîndesc și simt ceilalți. Ați putea da exemple de astfel de situații din viața reală?
* S-a întîmplat vreodată ca alții să interpreteze greșit ceea ce ați gîndit și ați simțit?
* Oamenii ajung uneori în situații de certuri și de conflicte pentru că gîndurile și sentimentele lor sunt greșit interpretate. Ați putea da exemple de astfel de situații?
* Se întîmplă cîteodată ca oamenii să interpreteze greșit ceea ce spuneți? Ați putea da exemple?
* Se poate întîmpla ca profesorii să interpreteze greșit ceea ce gîndesc elevii? În ce fel?
* Se poate întîmpla ca elevii să interpreteze greșit ceea ce gîndesc profesorii? În ce fel?
* În ce fel poate să apară această problemă a interpretării greșite în relațiile dintre națiuni?

## *LIMBAJUL TRUPULUI*

### *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili să descrie și să exemplifice rolul limbajului corporal în comunicarea eficientă.

### *CONCEPTE-CHEIE*

Comunicare nonverbală
Comunicare verbală

### *INFORMAȚII PRELIMINARE*

De multe ori subestimăm importanța unor competențe nonverbale de bază, precum cele de ascultare. De exemplu, acțiuni simple, ca înclinarea capului sau înclinarea înainte a corpului, exprimă interes și înțelegere bazată pe empatie. În situații de conflict, cînd spiritele sunt înfierbîntate și toleranța scăzută, limbajul pozitiv al corpului demonstrează dorința noastră de a înțelege și de a fi înțeleși. El le arată celorlalți că ascultăm și că suntem destul de preocupați de ceea ce se întîmplă, ca să ascultăm.

Puteți să le spuneți elevilor că diferite culturi cultivă moduri diferite de expresie personală cu ajutorul limbajului corporal. De exemplu, cînd cineva își înclină în România capul în sus și în jos, acest lucru înseamnă „da", în timp ce același gest în Bulgaria înseamnă „nu".

### *MATERIALE*

Fișa de lucru „Limbajul trupului"

### *ACTIVITATE*

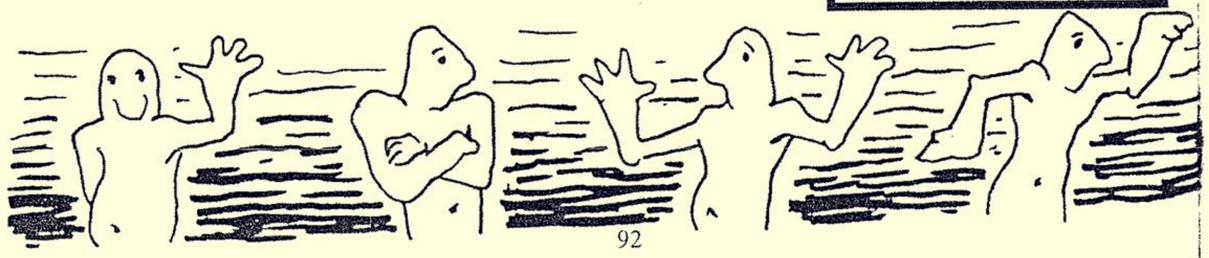
1. Purtați o discuție cu elevii despre importanța deosebită a limbajului corporal pozitiv.
2. Cereți elevilor să completeze Fișa de lucru „Limbajul corporal", dînd exemple de limbaj corporal pozitiv și negativ.

### *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Înainte de a realiza această activitate, este bine să vă analizați timp de cîteva minute propriul limbaj corporal. Încercați să găsiți căi de a vă perfecționa și de a face mai eficiente competențele dumneavoastră nonverbale legate de ascultare. Elevii învață de la dumneavoastră foarte multe nu doar din ceea ce spuneți, ci și din modul în care vă exprimați prin mijloace nonverbale.

În multe culturi, competențele nonverbale legate de ascultare includ aspecte precum:

1. înclinarea înainte a corpului;
2. înclinarea înainte din timp în timp a capului;
3. privirea în ochii altei persoane (ceea ce nu este totuna cu a ne zgîi la aceasta);
4. exprimarea interesului cu ajutorul expresiei feței.





3. Împărțiți elevii în perechi.
4. În cadrul fiecărei perechi, unul dintre elevi — vorbitorul — urmează să vorbească despre un conflict pe care el/ea l-a avut recent. Celălalt elev — ascultătorul — ascultă, făcînd apel la elemente de limbaj corporal negativ.
5. După cîteva minute, cereți ascultătorului ca, în timp ce-l ascultă pe vorbitor, să facă uz de elemente de limbaj corporal pozitiv. Ascultătorii se pot folosi de fișa de lucru pentru a-și aminti care sunt aceste elemente.
6. Opriți-i pe toți după cîteva minute. Întrebați-l pe vorbitorul fiecărei grupe:
   * Cum v-ați simțit cînd ascultătorul a făcut uz de elemente de limbaj corporal negativ?
   * Cum v-ați simțit cînd ascultătorul a folosit elemente de limbaj corporal pozitiv?
7. Inversați rolurile (vorbitorul este acum ascultătorul, iar ascultătorul este vorbitorul). Repetați pașii de la 4 la 6.
8. Cereți elevilor să discute în perechi următoarele chestiuni:
   * Cum putem să arătăm cuiva că îl ascultăm fără să vorbim? Dați exemple concrete.
   * În ce fel a manifestat colegul vostru elemente de limbaj corporal pozitiv?
   * De ce este important să recurgeți la elemente de limbaj corporal pozitiv cînd aveți o dispută cu cineva?

### ACTIVITATE SUPLIMENTARĂ

Iată o activitate amuzantă care demonstrează de ce este important să fim buni ascultători. Împărțiți-i pe elevi în perechi. Cereți elevilor să vorbească fiecare în același timp despre un anumit lucru timp de un minut. În timp ce vorbesc, elevii ar trebui să încerce concomitent să asculte ce spune celălalt. După trecerea minutului, elevii își spun unii altora ce au auzit și ce-și amintesc din ce a spus celălalt. Cereți elevilor din clasă să formeze un cerc. Discutați despre această experiență cu întreaga clasă.

## *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

Limbajul corporal pozitiv

Faceți o listă cu cîteva modalități prin care le puteți arăta celorlalți că îi ascultați.

Limbajul corporal negativ

Faceți o listă cu cîteva modalități prin care le arătați altora că nu îi ascultați.





## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să explice folosirea întrebărilor deschise și închise;
2. să folosească întrebări deschise și închise pentru a stimula sau pentru a stînjeni conversația.

## *CONCEPTE-CHEIE*

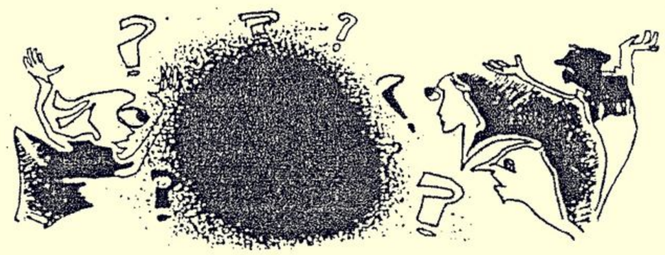
Analiza conflictelor
Legături de grup
Comunicare verbală

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Întrebările deschise sunt cele care îi invită pe oameni să vorbească. În loc să-i facă să treacă în rezervă, aceste întrebări îi încurajează pe oameni să participe la discuție. Întrebările deschise încep, de regulă, cu cuvintele „cum, în ce fel" și „ce". Întrebările închise sunt cele care opresc conversația. Ele descurajează conversația, deoarece răspunsul poate fi dat într-un cuvînt sau două, prin cuvintele „da" și „nu".

În situații conflictuale, fiecare vrea să fie sigur/ sigură că cealaltă persoană îi înțelege punctul de vedere. Cu ajutorul întrebărilor deschise, cei aflați în dispută permit celeilalte părți să vorbească liber despre ceea ce cred că este important. Acest lucru stimulează discuția. Să presupunem că două eleve, Simona și Monica, se ceartă. Intensitatea conflictului s-ar putea să crească dacă Simona îi pune Monicăi multe întrebări închise.

Simona: „Crezi că te urăsc?"
Monica: „Nu."
Simona: „Ai încredere în mine?"



## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Cînd se schimbă regulile jocului (la pasul #5 al acestei activități), s-ar putea să fie folositor să-i încurajați pe elevi să pună întrebări care să înceapă cu cuvintele „ce" și „cum".

Este nevoie adeseori de mai multe minute pentru ca elevii să-și dea seama cum se pun astfel de întrebări. Este important ca elevii să-și dezvolte competențele de a pune întrebări deschise pentru a-i încuraja pe ceilalți să-și exprime gîndurile și sentimentele. Competența de a pune întrebări deschise are de asemenea un rol important în predarea/ învățarea scopurilor. Punîndu-le elevilor întrebări deschise, le permiteți să se exprime liber.

Monica: „Nu acum."
Simona: „Chiar crezi că am spus tuturor că îți place de Dan?"
Monica: „Nu! Și nu-mi mai pune atîtea întrebări!"

Să presupunem acum că Simona îi pune Monicăi întrebări deschise. Ele ajung mai repede la miezul conflictului, deoarece pot spune ce gîndesc.

Simona. „Care e problema ta?"
Monica: „Mi-a fost așa de rușine ieri. Toată lumea se apropia de mine și mă întreba dacă îmi place Dan. Singura persoană căreia țin minte că i-am spus asta ești tu."

După cum vedeți, în cel de-al doilea exemplu Monica a fost în stare să discute ceea ce a vrut să discute. Întrebarea deschisă a fost de folos în această situație.

Întrebările închise pot și ele să fie de folos în anumite situații. Cînd o persoană vorbește întruna fără să se oprească, puteți să-i puneți o întrebare închisă. Acest tip de întrebări este potrivit pentru a pune capăt conversațiilor.

## *MATERIALE*

Nu este nevoie

## *ACTIVITATE*

1. Cereți unui elev să vină în fața clasei.
2. Cereți acestui elev să se gîndească la o persoană, la un loc sau la un obiect. De exemplu, elevii ar putea să se gîndească la un animal, la un fruct, la o plantă, la o persoană celebră etc. Cereți elevilor să nu spună la cine/la ce s-au gîndit.
3. Cereți celorlalți din clasă să încerce să ghicească la ce anume se gîndește elevul. Ei pot pune doar întrebări la care se poate răspunde prin „da" sau „nu". Numărați de cîte întrebări este nevoie pînă cînd elevii reușesc să ghicească corect. Comunicați elevilor numărul acestora.
4. Repetați pașii 1-4 cu alți elevi.
5. Spuneți acum elevilor că regulile jocului se vor schimba. În loc să pună numai întrebări închise, elevii au acum voie să pună orice fel de întrebare. Dați clasei următorul exemplu: în loc să întrebăm — „Obiectul la care te gîndești este roșu?", putem pune întrebări de felul: „Cum arată obiectul la care te gîndești?". Singura întrebare care nu se poate pune e: „Ce obiect este?".

   Elevii care s-au gîndit la ceva anume trebuie să răspundă acum pe larg la întrebări (ei nu mai pot rosti doar „da" sau „nu").
6. Cereți și de această dată mai multor elevi să vină în fața clasei, pentru ca ceilalți să ghicească despre ce este vorba. Numărați de cîte întrebări este nevoie pînă la aflarea răspunsului corect.

## ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* În ce a constat diferența dintre cele două feluri de a juca jocul?
* În care dintre modalitățile de joc s-a ghicit mai repede despre ce este vorba?
* Explicați celorlalți ce sunt întrebările deschise și închise (folosiți informațiile preliminare).
* În ce fel a arătat acest joc de-a ghicitul deosebirea dintre întrebările deschise și cele închise?
* În ce situații sunt utile întrebările deschise?
* În ce situații sunt utile întrebările închise?
* Dați cîteva exemple de întrebări deschise (ele se pot referi la orice).
* Dați cîteva exemple de întrebări închise (ele se pot referi la orice).



# *DE CE PUNEM ÎNTREBAREA* DE CE?

## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili să pună întrebări într-un mod neagresiv, care să stimuleze conversația.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Analiza conflictelor
Legături de grup
Comunicare verbală

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Unele cuvinte stimulează conversația, în timp ce alte cuvinte îi fac pe oameni să bată în retragere. Cînd o întrebare începe cu cuvintele „De ce", oamenii se simt de parcă ar fi amenințați sau obligați să facă un anumit lucru. De exemplu, „De ce nu duci gunoiul?" sună mai mult a comandă decît a întrebare. Vorbitorului se pare că nu-i pasă prea mult de răspuns, iar cel ce ascultă va răspunde, probabil, defensiv, invocînd o scuză.

Este adeseori mai bine să puneți altfel de întrebări decît cele în care se folosesc cuvintele „De ce?". De exemplu, puteți întreba: „Care sunt motivele pentru care nu ai dus gunoiul?". Întrebarea sună mai prietenos și oferă mai multe căi pentru a se răspunde la ea. [1]

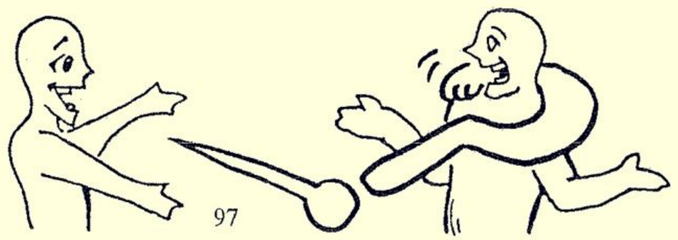
În timpul unui conflict, este extrem de important ca cei implicați să-și pună întrebări care ușurează discuția. Întrebările ce produc reacții defensive pot duce la escaladarea conflictelor.

[1] În acest curriculum, întrebările pentru discuții încep uneori, în mod intenționat, cu cuvintele „De ce?". DE CE? Pentru că întrebările care încep cu „De ce?" au uneori un rol extrem de important pentru însuflețirea discuției și pentru trezirea interesului oamenilor în legătură cu anumite chestiuni. De exemplu, dacă întrebați elevii: „De ce gîndești că lucrurile stau astfel?", vor răspunde, probabil, mai pasionat și cu mai multă implicare decît dacă ați fi întrebat: „Ce rațiuni există pentru aceasta?".

## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Cereți elevilor să devină mai atenți la modul în care oamenii rostesc propozițiile într-o conversație. De exemplu, puteți cere elevilor să se asculte cu atenție cînd vorbesc cu alții și să noteze cînd pun o întrebare care începe cu „De ce?".

Cum a reacționat cealaltă persoană la întrebare? Cereți elevilor să discute aceste experiențe.



## *MATERIALE*

Nu este nevoie

## *ACTIVITATE*

1. Împărțiți elevii în perechi. În fiecare pereche, unul dintre elevi este „povestitorul", iar celălalt — „cel ce pune întrebări".
2. Cereți povestitorului să explice cum se face un anumit lucru. De exemplu, el ar putea să explice cum se coace o pîine, cum se ajunge la casa lui, cum se joacă fotbal ș.a.m.d.
3. După fiecare propoziție, cel ce pune întrebări trebuie să întrebe: „De ce?". Povestitorul trebuie să încerce să termine povestea (în timp ce răspunde, de asemenea, la fiecare „De ce?").
4. Inversați rolurile după aproximativ cinci minute.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Cum v-a făcut să vă simți această activitate?
* În ce fel a fost această conversație dificilă?
* De ce este important să nu puneți multe întrebări care încep cu „De ce?" cînd aveți o dispută cu un prieten?

### ACTIVITATE SUPLIMENTARĂ

Elevii pot realiza două jocuri de roluri: în cadrul primului joc, doi elevi se ceartă și își pun reciproc întrebări care încep cu „De ce?". De exemplu, ei ar putea să se întrebe unul pe altul: „De ce m-ai lovit?". În cadrul celui de-al doilea joc, elevii urmează să interpreteze aceeași ceartă, dar fără să-și pună întrebări de tipul „De ce?".

Discutați diferențele dintre cele două jocuri de rol. În ce fel au contribuit jocurile de rol pentru a arăta de ce este important să renunțăm la întrebări care încep cu „De ce?".



# *OGLINDA*

## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să explice ce înseamnă ascultarea reflexivă;
2. să descrie cum putem interpreta limbajul corporal;
3. să interpreteze sentimentele, gîndurile și limbajul corporal.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Comunicare nonverbală
Conflicte între egali
Comunicare verbală

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Ascultarea reflexivă este o tehnică ce ușurează conversația.[1]

Cînd ne folosim de ascultarea reflexivă, este important să interpretăm exact cuvintele legate de sentimente care au apărut în conversație. Fiecare persoană interpretează lumea în mod diferit (chiar dacă diferențele sunt uneori mici); din această cauză, se poate întîmpla ca fiecare să interpreteze cuvintele legate de emoții în mod diferit. De exemplu, să presupunem că Radu se ceartă cu Zina:

Radu: Sunt nebun de furie pentru că i-ai spus mamei mele că am copiat la lucrare.
Zina: Ești supărat.
Radu: Nu, nu sunt supărat. Sunt furios. Ți-am spus. M-ai scos din minți.

[1] Ascultarea reflexivă se referă la emoții, în timp ce parafrazarea, o altă competență, se referă la informațiile factuale. Din motive de simplificare, ambele vor fi grupate sub numele de ascultare reflexivă. Cu ajutorul ascultării reflexive parafrazăm fie informația factuală, fie sentimentele exprimate de către o persoană. Ea ne ajută, de regulă, să clarificăm ce gîndește și ce simte cealaltă persoană.

### *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

S-ar putea ca elevilor să le ia mai mult timp pînă înțeleg cum poate fi interpretată informația. Pentru a fi siguri că elevii aplică aceste competențe în viața cotidiană, puteți să le cereți să realizeze cel puțin o dată pe săptămînă un joc de rol în care este abordată ascultarea reflexivă.

În ascultarea reflexivă sunt permise excepții de la folosirea exact a acelorași cuvinte, cînd este vorba de comentarii rasiale, etnice, de referiri peiorative la gen, de înjurături, de înjosiri sau de alte comentarii josnice. (...)

După cum se poate vedea, definiția personală a cuvîntului „furios" este în cazul lui Radu diferită de cea a cuvîntului „supărat". De aceea, cînd interpretăm sentimentele unei persoane, este important să folosim exact cuvintele ei. De exemplu:

Radu: Sunt nebun de furie pentru că i-ai spus mamei mele că am copiat la lucrare.

Zina : Ești nebun de furie.

Radu: Da, sunt așa de furios, că nu știu ce să fac. Nici măcar nu mai pot să mă uit în ochii mamei mele. Sunt atît de trist.

Oamenii pot de asemenea să interpreteze limbajul corpului. Funcționînd ca niște oglinzi, ei pot imita gesturile altora. La fel ca în cazul interpretării sentimentelor, interpretarea limbajului corporal ne poate ajuta să înțelegem ce simt și ce gîndesc ceilalți. Acest lucru poate să le procure acestora o stare plăcută, de siguranță. De exemplu, să presupunem că o fată furioasă se înclină pe spate în scaunul ei și țipă la prietenul ei. El ar putea să-i imite limbajul corporal, înclinîndu-se de asemenea pe spate în scaunul lui, ceea ce ar putea să-i semnalizeze fetei în mod subtil propriile ei sentimente și comportamente.

## *MATERIALE*

Fișa de lucru „Oglinda"

## *ACTIVITATE*

1. Împărțiți elevii în perechi.
2. Cereți elevilor din fiecare pereche să stea în picioare și să se uite unii la alții.
3. Unul dintre elevii din pereche se preface că stă în fața unei oglinzi de mărime întreagă. Acest elev trebuie să-și miște corpul în tot felul de poziții. Celălalt elev din pereche se preface că este reflecția acestor mișcări, încercînd să le imite pe toate cît se poate de repede și de fidel.
4. După cîteva minute, elevii își schimbă rolurile.
5. Cereți elevilor să se așeze.
6. Discutați despre ascultarea reflexivă. Explicați-le elevilor că cineva care vorbește poate fi încurajat să vorbească mai mult dacă folosim ca în oglindă exact cuvintele pe care el/ea le folosește. Tot ce trebuie să facem este să utilizăm aceleași cuvinte legate de sentimente sau aceleași informații factuale pe care aceștia le folosesc.
7. Cereți elevilor să completeze în perechi Fișa de lucru „Oglinda".
8. Cereți grupelor să interpreteze în mod voluntar povestea lor în fața clasei.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Ce este ascultarea reflexivă?
* În ce fel poate fi comparată ascultarea reflexivă cu o oglindă?
* De ce este important să interpretăm exact ceea ce spune o persoană?
* Să presupunem că sunteți în ceartă cu un prieten. În ce fel ar putea fi de folos să-i interpretați corect sentimentele?

### ACTIVITATE SUPLIMENTARĂ

Împărțiți elevii în perechi. Cereți-le să realizeze un joc de rol în care unul dintre elevi este furios pe celălalt. Elevii trebuie să imite cu schimbul limbajul corporal al partenerilor lor.





## *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

*Terminați povestea. Aveți grijă ca Marcel să interpreteze tot timpul corect sentimentele și informațiile pe care le exprimă și le transmite Mihaela. Vi se oferă ca exemplu prima observație reflexivă a lui Marcel.*

Mihaela: Sunt așa de furioasă pe tine, Marcel. Nu pot să cred că ai făcut așa ceva! Trebuia să ne întîlnim ieri.

Marcel: Da, se pare că ești foarte furioasă.

Mihaela: Da, sunt furioasă. Trebuia să ne întîlnim ieri și să ne facem temele împreună. Dar nu ai apărut. Am fost atît de tristă.

Marcel:

Mihaela:

Marcel:

## *LISTA SENTIMENTELOR*

### *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să alcătuiască liste de cuvinte care exprimă sentimente;
2. să descrie căi de exprimare a emoțiilor;
3. să recunoască faptul că există o varietate de feluri în care oameni diferiți își exprimă aceeași emoție.

### *CONCEPTE-CHEIE*

Valorizarea pozitivă a diversității
Sentimente
Comunicare nonverbală
Respect de sine
Comunicare verbală

### *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Oamenilor le vine uneori greu să-și comunice emoțiile, deoarece au dificultăți în a găsi „cuvîntul potrivit" pentru a-și descrie propriile trăiri. Elevii vor putea să exprime mai clar ceea ce simt dacă vocabularul lor activ, privind cuvintele care exprimă emoții, se va îmbogăți. Acest tip de cunoaștere este extrem de folositor în situații de conflict, cînd oamenii au mare nevoie să-și exprime sentimentele cu claritate.

### *MATERIALE*

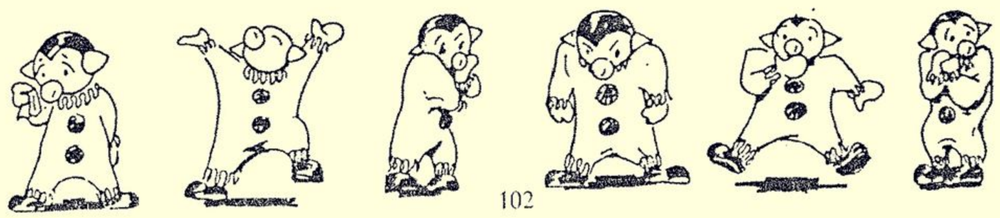
Tablă și cretă (sau o coală mare de hîrtie și un marker)

### *ACTIVITATE*

1. Scrieți la mijlocul tablei sau al colii de hîrtie „cuvinte care exprimă sentimente".
2. Cereți elevilor să dea cît se poate de multe exemple de cuvinte de acest fel. Spuneți-le că știți că sunt în stare să dea mai mult de 25 de astfel de exemple.

### *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Dacă elevilor le va fi greu să se gîndească la cuvinte care exprimă sentimente, oferiți-le un scenariu. De exemplu, ați putea spune: „Cum credeți că se simte o persoană care are de luat o decizie foarte grea?" (confuzionată, frustrată, tristă, furioasă etc.).





3. După ce elevii își vor fi epuizat ideile, spuneți-le că vor juca acum un joc. Un voluntar vine în fața clasei, alege un cuvînt din listă (fără să spună cuiva care este acesta) și interpretează sentimentul respectiv. Elevii din clasă încearcă să ghicească cuvîntul ales. Cel/cea care ghicește corect are dreptul să vină în fața clasei și să continue interpretarea unui alt cuvînt pe care elevii urmează să-l ghicească.
4. După interpretarea mai multor cuvinte din listă, cereți elevilor să stea în cerc. Cereți unui voluntar să rostească tare unul dintre cuvintele care exprimă sentimente. Toți elevii trebuie să interpreteze acest sentiment. Cereți tuturor să observe expresiile celorlalți. Mai cereți cîtorva elevi să rostească pe rînd cuvinte care exprimă sentimente. De fiecare dată, cei din clasă interpretează sentimentele respective și îi observă pe ceilalți.

   NOTĂ: Primul voluntar care rostește cuvîntul poate să aleagă următoarea persoană ș.a.m.d.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* A fost ușor sau greu să vă gîndiți la atîtea cuvinte care exprimă sentimente? De ce? La care dintre cuvinte v-a fost cel mai greu să vă gîndiți? De ce?
* Care dintre sentimente a fost cel mai greu de interpretat? Au avut toți elevii aceeași expresie cînd au interpretat cu toții un anumit sentiment? (Nu.) De ce nu? (Pentru că oamenii se exprimă pe ei foarte diferit.)
* Se poate întîmpla ca doi oameni să aibă expresii complet diferite simțind totuși același lucru? Ați putea da un exemplu pentru o astfel de situație?
* Dacă doi oameni se ceartă și doar unul dintre ei pare furios, înseamnă acest lucru că cealaltă persoană nu este deloc furioasă?
* Cereți unui voluntar să vină în fața clasei și să încercuiască toate cuvintele care se referă la sentimente pozitive (de exemplu, fericit, nerăbdător etc). Elevii oferă, de regulă, mai multe exemple de cuvinte care se referă la sentimente negative. Dacă se întîmplă același lucru și în clasa dumneavoastră, întrebați elevii: „Din ce cauză credeți că am pus în listă mai multe cuvinte care exprimă sentimente negative?". Scoateți în evidență importanța cunoașterii profunde atît a cuvintelor care exprimă stările noastre proaste, cît și a acelor care exprimă stările în care ne simțim bine.

# *EMOȚIILE MELE*

## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să descrie propoziții care încep cu „Eu";
2. să-și exprime în mod clar sentimentele, fără să acuze, cu ajutorul propozițiilor care încep cu „Eu".

## *CONCEPTE-CHEIE*

Comportament
Analiza conflictelor
Sentimente
Comunicare verbală

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

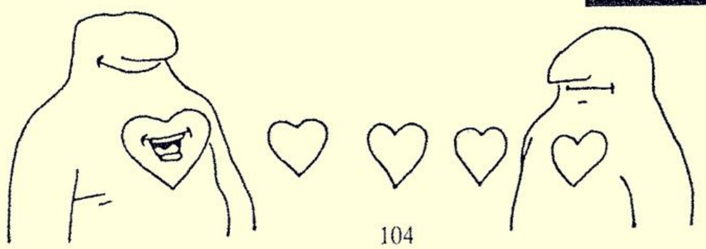
Să presupunem că aveți o ceartă gravă cu un prieten. Citiți următoarele două propoziții și arătați care dintre ele poate contribui mai mult la facilitarea discuției dintre dumneavoastră și prietenul dumneavoastră.

1. „Nu mă asculți niciodată și ești un prieten îngrozitor!"

2. „Eu mă simt trist cînd nu mă asculți, deoarece cred că nu-ți mai pasă de mine."

Observați că primul enunț s-ar putea să-l facă pe prietenul dumneavoastră să se simtă iritat și să intre în defensivă. În acest fel, comunicarea ar putea să fie întreruptă. În schimb, în cel de-al doilea enunț, vă afirmați responsabilitatea pentru propriile dumneavoastră sentimente. Pentru felul în care este construit, acest al doilea enunț se cheamă „propoziție care începe cu eu".

O astfel de propoziție este o cale prin care putem arăta celorlalți că suntem proprietarii sentimentelor și ai gîndurilor noastre. Cînd folosim astfel de propoziții, nu ne asumăm doar



## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Deoarece sunt legate de capacitățile intelectuale ale elevilor, competențele propuse prin această activitate, respectiv exprimarea propozițiilor care încep cu „Eu", sunt mai greu de înțeles și de aplicat. Cu toate acestea, acest tip de competență este extrem de util pentru a-i învăța pe elevi cum să-și exprime emoțiile într-un mod care evită situarea lor în defensivă. S-ar putea ca acest efort suplimentar pe care îl solicită activitatea să ducă la rezultate bune în rîndul elevilor.

Subliniați elevilor faptul că unele cuvinte, ca „niciodată" sau „întotdeauna", înrăutățesc uneori situațiile conflictuale. Ele devin cuvinte care învinovățesc și care blochează comunicarea în chestiunea propriu-zisă. Două exemple de propoziții de acest fel sunt: „Nu mă asculți niciodată." și „Întotdeauna spui astfel de lucruri".



responsabilitatea pentru gîndurile și pentru sentimentele noastre, ci ne și prezentăm pe noi celorlalți într-un mod care nu îi ofensează și nu îi învinovățește pe aceștia.

Astfel de propoziții despre noi sunt extrem de importante în situațiile de conflict. De multe ori, putem chiar preveni apariția sau escaladarea conflictelor dacă ne asumăm responsabilitatea propriilor noastre vieți. Folosind astfel de propoziții într-o situație de conflict, ne putem exprima sentimentele și gîndurile proprii, fără să-i obligăm pe ceilalți să se apere.

Propozițiile despre „noi" pot fi folositoare de asemenea pentru profesori. Puteți să le comunicați elevilor ceea ce gîndiți sau simțiți într-un mod netensionat.

Cum se folosesc astfel de propoziții? Mărturisiți pur și simplu ce simțiți și explicați de ce simțiți astfel. Un cadru formal al unor astfel de enunțuri este următorul:

„Eu simt/Sunt (o emoție) cînd (o acțiune), deoarece (motivele)".

Propozițiile următoare sunt exemple de enunțuri despre noi sau de enunțuri care evită referirea personală:

| | |
|---|---|
| *Fără referire personală:* | „Sunteți un profesor atît de nesuferit!" |
| *Cu referire personală:* | „Sunt furios pe dumneavoastră pentru că ați țipat la mine de față cu toți prietenii mei." |
| *Fără referire personală:* | „De ce vorbiți cu toată lumea în afară de mine?" |
| *Cu referire personală:* | „Cînd vorbiți cu alte persoane, sunt trist pentru că mă excludeți din conversație." |

## *MATERIALE*

Fișa de lucru „Mă simt..."

## *ACTIVITATE*

1. Explicați elevilor ce sunt propozițiile despre noi (care încep cu „Eu") și cînd sunt ele de folos.
2. Distribuiți elevilor fișa de lucru și cereți-le să o completeze.
3. Împărțiți elevii în perechi și cereți-le să spună unii altora ce răspunsuri au dat.
4. Parcurgeți fișa și cereți unor elevi, care se oferă, să introducă în dialog schimbările pe care le cred de cuviință.
5. Împărțiți din nou elevii în perechi. Cereți-le să interpreteze într-un joc de rol o situație obișnuită de conflict din viața lor, folosind propoziții despre ei pentru a determina diminuarea conflictului.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Ce este o propoziție despre noi (care începe cu „Eu")?
* În ce fel sunt utile astfel de propoziții în situații de conflict?
* Cum v-ați simțit cînd ați folosit astfel de propoziții în timpul jocului de rol?
* De ce ar trebui să evităm în timpul disputelor cuvintele „niciodată" și „întotdeauna"?

---

Adaptare cu permisiune după Carr Rey A. and Saunders Gregory A.K., Peer Counseling Starter Kit, Peer Resources, Victoria, British Columbia, 1980.

## FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR

*Numele*_____ *Data*_____

Structura unei propoziții despre noi este următoarea:
„Mă simt/Sunt (o emoție) cînd (acțiune), deoarece (motivele)".

**Indicații:** În timp ce citiți povestirea următoare, schimbați fiecare propoziție boldită cu o propoziție despre voi (care începe cu „Eu"). Scrieți aceste propoziții în paranteze. Prima vă este dată ca exemplu.

Violeta și Sanda sunt afară. Este o zi însorită.
„Hai să mergem astăzi la lac" spune Violeta.

**„Dar mergem tot mereu acolo și lacul e atît de murdar! Nu-mi place deloc", spune Sanda.**
(„Mă simt frustrată cînd îmi spui unde să mergem, deoarece uneori aș vrea să aleg eu locul.")

**„Nu trebuie să fii atît de răutăcioasă. Cred că ești pur și simplu geloasă, pentru că eu mă distrez de minune la lac", spune Violeta.**
(„Mă simt/ Sunt_____cînd_____deoarece_____.")

**„Singurul motiv pentru care te distrezi atît de bine la lac este că-ți plac băieții care vin acolo! Nu-mi place deloc că-ți zîmbesc numai ție și că vorbesc numai cu tine. Nimeni nu-mi aruncă nici măcar o privire", spune Sanda.**
(„Mă simt/ Sunt_____cînd_____deoarece_____.")

**„Te urăsc că spui asta! Nu-i deloc adevărat! Am văzut eu cîțiva băieți uitîndu-se la tine. De fapt, cred că toți se uită la tine", spune Violeta.**
(„Mă simt/Sunt_____cînd_____deoarece_____.")

**„Mă urăști cînd îți mărturisesc ce simt cu adevărat? Am crezut că suntem prietene, Violeta, dar cred că m-am înșelat! La revedere!", strigă Sanda.**
(Mă simt/ Sunt_____cînd_____deoarece_____.")





## OBIECTIVE

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să spună care sunt riscurile cînd dăm sfaturi;
2. să explice de ce este important să ia ei înșiși decizii;
3. să descrie acțiuni care indică diferite moduri de a ne comporta într-o situație de discriminare;
4. să spună ce este puterea;
5. să arate în ce fel poate fi puterea limitată.

## CONCEPTE-CHEIE

A lua decizii
Responsabilitate personală
Putere/Autoritate
Forța proprie

## INFORMAȚII PRELIMINARE

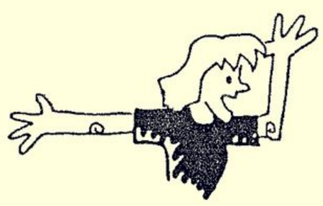
Elevii cer adeseori sfatul cuiva cînd se află în situații de conflict. Acest exercițiu este gîndit să-i facă pe elevi să înțeleagă că au de cele mai multe ori chiar ei răspunsurile pentru situațiile lor conflictuale. Ei au nevoie mai curînd de o persoană care le va asculta cu răbdare problemele.

Gîndiți-vă la conflictele cărora a trebuit să le faceți față în viață. Probabil că ați cerut sfatul altcuiva pentru a vă rezolva situația, dar, în final, decizia v-a aparținut. Învățîndu-i pe elevi să nu dea sfaturi, îi ajutăm să devină mai responsabili față de propriile decizii din viața lor.

Dar de ce să nu dăm sfaturi? Doar am făcut-o toată viața! Gîndiți-vă ce se întîmplă dacă dumneavoastră sau un elev dați sfaturi copiilor din clasă. Dacă aceștia vă urmează sfatul, se pot întîmpla două lucruri.

## INDICAȚII PENTRU PROFESORI

Deși această activitate este gîndită pentru a arăta elevilor care sunt riscurile cînd dăm sfaturi cuiva, aveți grijă ca ei să înțeleagă că nu este întotdeauna rău să dăm sau să cerem sfaturi. Puteți cere elevilor să dea cîteva exemple de situații în care a da sfaturi poate fi un lucru bun. De la cine ar cere ei sfaturi și de ce?



1. Dacă sfatul s-a dovedit a fi bun, elevii vor veni tot mereu la dumneavoastră sau la colegul lor cînd trebuie să ia o decizie. Ei devin astfel dependenți de dumneavoastră și mai puțin responsabili pentru propriile lor alegeri.
2. Dacă sfatul s-a dovedit a fi prost, elevii consideră că decizia nu este responsabilitatea lor, deoarece altcineva i-a îndrumat. Elevii vă pot învinovăți pe dumneavoastră (sau pe colegul lor) pentru problemele proprii. În ambele situații, puteți să-i ajutați pe elevii dumneavoastră să devină mai responsabili față de propriul lor comportament dacă le dați prilejul să-și analizeze consecințele pozitive și negative ale propriilor alegeri.

## *MATERIALE*

Fișa de lucru „Mușchi"

## *ACTIVITĂȚI*

**Activitatea 1:**

1. Cereți elevilor să se ofere pe rînd voluntari, jucînd rolul „Maria".
2. Maria stă în fața clasei și dă comenzi (ca „Atingeți-vă nasul").
3. Aceste comenzi pot începe cu „Maria spune" sau nu.
4. Dacă comanda nu începe cu „Maria spune", elevii nu trebuie să răspundă la comandă. Astfel, dacă conducătorul de joc spune „Maria spune să vă atingeți nasul", elevii trebuie să facă acest lucru. Dar dacă acesta spune" Atingeți-vă nasul", nimeni nu trebuie să răspundă la această comandă. Cineva care face o greșeală are dreptul la o nouă încercare. Cu cît jocul este jucat mai repede, cu atît va fi mai dificil.
5. După ce cîțiva elevi au devenit Maria, interpretați dumneavoastră, profesorul, rolul ei.
6. După ce le dați elevilor cîteva comenzi, arătați-le un scaun și spuneți-le următoarele: „Maria spune să mîncați scaunul acesta". Desigur că nimeni nu va încerca să mănînce scaunul (și dacă cineva încearcă, spuneți-i că a fost doar o glumă).
7. Cînd elevii vor fi curioși și confuzionați în legătură cu indicația dată de a mînca scaunul, începeți discuția pe baza întrebărilor care urmează.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* De ce nu ați mîncat scaunul?
* De ce ați făcut ce v-a cerut Maria?
* De ce a trebuit să o ascultați pe Maria?
* Conducătorii au întotdeauna dreptate, sau s-ar putea întîmpla ca unii dintre ei să dea sfaturi proaste?
* De ce-i ascultăm pe părinții noștri? Dar pe profesori, pe prieteni sau pe conducătorii politici?
* Dacă cineva vine la voi și vrea să stați de vorbă despre un conflict, este mai bine să ascultați persoana respectivă sau să-i dați acelei persoane sfaturile voastre?
* Ce s-ar putea întîmpla dacă i-ați da unei persoane sfaturi proaste?
* Este foarte ușor să-i ascultați pe alții și să acceptați că ceea ce spun ei este adevărat. Dar de ce este important să luați decizii singuri?
* Ce s-ar întîmpla dacă Maria v-ar cere să fiți urîcioși cu alții? Ați asculta-o?

**Activitatea a 2-a:**

NOTĂ: Activitatea precedentă „Maria spune" poate duce la o discuție despre putere.

1. Întrebați-i pe elevi de ce au ascultat-o pe Maria (în Activitatea 1). Întrebați-i dacă ascultă mereu ce le spun părinții lor. Ce ar face dacă ar vrea să se joace cu prietenii lor după ore, dar părinții le cer să stea acasă?
2. Discutați cu elevii despre ce este puterea, cum ajunge cineva să o dețină și de ce ascultă oamenii ordinele celor puternici. (Puterea poate fi definită ca fiind capacitatea cuiva de a-i face pe ceilalți să asculte și să îndeplinească ceea ce li se cere.)
3. Întrebați-i pe elevi ce fel de putere au părinții, elevii, profesorii, politicienii, liderii religioși etc.
4. Distribuiți elevilor Fișa de lucru „Mușchi" și citiți-o cu întreaga clasă.
5. Împărțiți elevii în perechi.
6. Dați indicații fiecărei perechi pentru a crea un joc de rol despre un conflict în care o persoană puternică tratează ireverențios o persoană lipsită de putere. Cereți persoanei cu mai puțină putere să încerce să limiteze puterea celei mai puternice prin cel puțin una dintre metodele descrise în fișa de lucru a elevilor (să echilibreze raportul de forțe).
7. Cereți cîtorva dintre perechi să interpreteze jocurile de rol în fața clasei.
8. Cereți elevilor să dea exemple de căi concrete prin care aceste patru metode de limitare a puterii și de echilibare a raportului de forțe ar putea fi de folos cînd o persoană lovește o altă persoană.

## *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

### METODE DE ECHILIBRARE A RAPORTULUI DE FORȚE

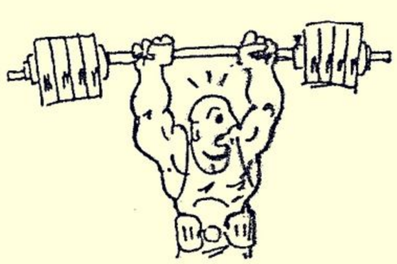
Ce puteți face în situația în care cineva are putere asupra dumneavoastră? Ați putea:

1. **Să vorbiți sincer despre gîndurile și sentimentele voastre.** Faceți acest lucru, chiar dacă acel cineva este mult mai puternic decît voi. Nu permiteți ca puterea acelei persoane să vă reducă la tăcere. Totuși, încercați să nu vă pierdeți firea.

2. **Fiți un bun ascultător.** Ascultați ce are să vă spună persoana mai puternică. Folosiți limbajul pozitiv al corpului.

3. **Cereți! Cereți! Cereți!** Dacă vreți să obțineți ceva de la o persoană cu multă putere, cereți continuu și în mod politicos, pînă cînd cererea vă este satisfăcută.

4. **Obțineți sprijinul unei persoane care dispune de multă putere.** De exemplu, dacă un elev vă fură lucrurile, puteți cere ajutorul unui profesor, al părinților sau al unui ofițer de poliție.



# *CAPITOLUL AL IV-LEA*

# *„EU ÎMPOTRIVA TA“*

# O INTRODUCERE LA CAPITOLUL AL IV-LEA: EU ÎMPOTRIVA TA

Conflictele sunt alimentate adeseori de modurile diferite în care percepem lucrurile și de comunicarea insuficientă. Suntem mai bine pregătiți să facem față eficient conflictelor cînd suntem în stare să înțelegem punctele de vedere ale altora și cînd suntem echipați cu competențe de comunicare.

Activitățile din acest capitol permit elevilor să analizeze în mod nemijlocit conflictele, cercetînd care sunt rădăcinile și care sunt consecințele acestora. Ei vor fi în măsură să înțeleagă că aproape orice conflict are un potențial pozitiv și că deschide multe posibilități pentru dezvoltare și pentru învățare. În acest capitol sunt discutate de asemenea subiecte importante, ca, de pildă, de ce recurg oamenii la violență în timpul conflictelor. Unele dintre aceste activități îi încurajează pe elevi să găsească posibile căi de soluționare nonviolentă a disputelor.

Activitățile din acest capitol îi înarmează pe elevi cu înțelegerea minimală a felului în care conflictele pot fi folosite în scopuri constructive sau nu. Capitolul următor este bazat pe această înțelegere și pune la dispoziție elevilor o strategie specifică pentru a face față conflictelor.

# IMAGINEA MEA DESPRE CONFLICTE

## OBIECTIVE

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili să expună ideile lor personale despre conflicte.

## CONCEPTE-CHEIE

Analiza conflictelor
Empatie

## INFORMAȚII PRELIMINARE

Această activitate este una dintre cele mai des folosite pentru a-i ajuta pe oameni să exploreze felul în care se raportează ei înșiși la conflicte. În cazul acestei activități, indicațiile sunt vagi; elevilor li se dă astfel posibilitatea de a-și analiza și a-și exprima liber propriile sentimente. Importanța acestei activități constă în faptul că elevii devin conștienți de cum gîndesc ei în mod obișnuit (și, de regulă, limitat) despre conflicte. De regulă, conflictele sunt privite ca ceva rău, amenințător sau indezirabil, nu ca o șansă sănătoasă pentru propria dezvoltare. A deveni conștienți de propriile noastre prejudecăți și stereotipuri despre conflicte reprezintă primul pas spre o înțelegere mai profundă a acestora și spre schimbare.

## MATERIALE

Hîrtie și creioane

## ACTIVITATE

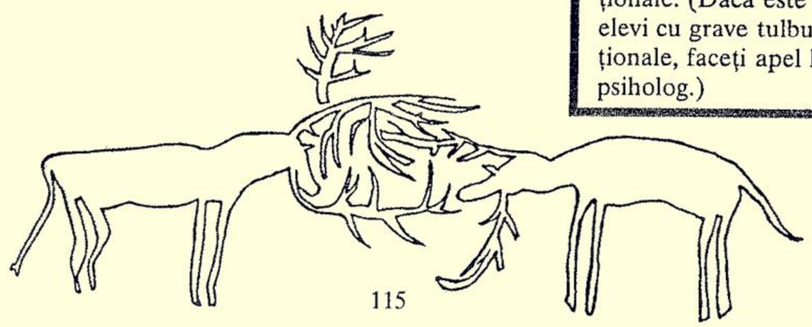
1. Spuneți-le elevilor că vor reprezenta prin desene anumite conflicte. Ei vor putea face apel în desen la orice fel de mijloace pentru a exprima ideea de conflict.

## INDICAȚII PENTRU PROFESORI

Deși este vorba despre o activitate relativ simplă, fiți pregătiți pentru posibilitatea ca unii elevi să se manifeste emoțional. Acesta este un răspuns natural cînd avem de-a face cu conflicte. În cazul în care apar astfel de situații, puteți face apel la una dintre soluțiile următoare:

1) Ați putea încerca să-i calmați pe elevi folosind cuvinte cu efect liniștitor. S-ar putea să fie extrem de util să le vorbiți elevilor despre conflicte. Judecați singuri ce trebuie făcut, în funcție de cum evaluați situația respectivă.

2) Puteți să-i invitați pe elevi să se întîlnească cu dumneavoastră după ore, prilej cu care este posibil să vă dați seama care sunt cauzele acestor manifestări emoționale. (Dacă este vorba de elevi cu grave tulburări emoționale, faceți apel la un psiholog.)



2. Cereți-le elevilor să stea în cerc. Fiecare elev le va arăta celorlalți desenul său și le va explica ce a vrut să exprime. Nu-i forțați pe elevii care se simt stînjeniți să-și prezinte desenele celorlalți.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Ce fel de lucruri au apărut în mod similar în desenele noastre?
* Ce diferențe există între desene?
* Cum văd cei mai mulți dintre noi conflictele, ca fiind pozitive sau negative? De ce?



# *DESPRE RĂDĂCINILE CONFLICTELOR*

## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să-și analizeze propriile lor idei despre conflicte;
2. să identifice și să explice sursele principale ale conflictelor;
3. să descrie modul în care pot fi rezolvate conflictele în contexte diferite.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Conflicte în comunitate
Conflicte în familie
Conflicte între prieteni
Conflicte în școală
Surse ale conflictelor

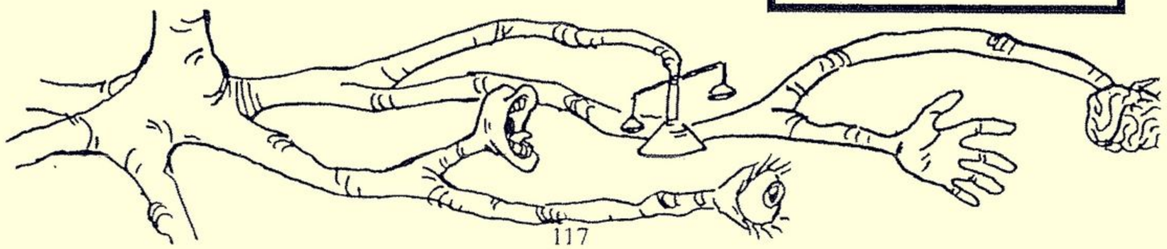
## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Un comediant a făcut odată o glumă, spunînd că există, probabil, mai multe conflicte în lume decît fire de nisip. Cu toate acestea, deși există nenumărate conflicte, ele au în mod surprinzător doar foarte puține surse (origini). Cele mai multe conflicte sunt legate de următoarele șase surse (explicate în Fișa de lucru a elevilor „Ce vrem?"): nevoile fundamentale, valorile diferite, percepțiile diferite, interesele diferite, resursele limitate și nevoile de natură psihologică.

Cum este posibil ca o varietate atît de mare a conflictelor să plece de la un număr limitat de surse? Pentru a ne lămuri, să observăm ce se întîmplă în două conflicte și să identificăm sursa lor comună. Conflictul #1 se referă la o ceartă între doi frați, care țipă unul la celălalt. Fiecare vrea să ia ultima bucată de pîine de pe masă și nu vrea s-o împartă cu celălalt. Conflictul #2 se referă la două țări aflate în război una cu cealaltă; fiecare dintre ele vrea să stăpînească aceeași bucată de pămînt (pe care

### *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Pentru a-i ajuta pe elevi să înțeleagă că cele mai multe conflicte au aceleași rădăcini, cereți-le să dea exemple de conflicte cu care au avut de-a face. Astfel, elevii au posibilitatea să discute despre rădăcinile fiecăruia dintre conflictele exemplificate.



nu vrea s-o împartă cu nimeni). În cazul ambelor conflicte, este vorba de o sursă similară: resursele limitate. Același tip de analiză poate fi realizat pentru alte conflicte sau în legătură cu alte surse ale acestora.

Cînd analizează și descoperă sursele unui conflict, oamenii își pot forma și dezvolta o metodă de a face față conflictului însuși. De exemplu, cînd rădăcina conflictului este reprezentată de valori diferite, ei ar putea să încerce să înțeleagă și să respecte punctele de vedere ale celorlalți asupra situației respective. Dacă este vorba de percepțiile diferite pe care le avem asupra lucrurilor, oamenii pot încerca să-și clarifice propriile puncte de vedere și să ofere celorlalți informații corecte, pentru a evita neînțelegerile. Cînd este vorba de interese diferite, oamenii pot încerca să și le facă reciproc cunoscute și să încerce să găsească o soluție care să-i mulțumească pe toți.

## *MATERIALE*

Fișa de lucru „Ce vrem?", creioane, tablă, cretă, hîrtie, un spațiu liber în sala de clasă

## *ACTIVITATE*

1. Scrieți cuvîntul „CONFLICT" cu majuscule pe o bucată mare de hîrtie, pe care o așezați pe podea, într-un colț liber al încăperii, unde poate fi văzută de toată lumea.
2. Împărțiți fiecărui elev cîte o foaie de hîrtie.
3. Dați indicații elevilor să numere cîte litere are prenumele lor și să taie foaia de hîrtie în numărul respectiv de bucăți. De exemplu, dacă numele unui elev este ANDREI, el va decupa din hîrtie 6 bucăți (deoarece numele lui este format din 6 litere).
4. Elevii scriu pe fiecare bucată de hîrtie cîte un cuvînt sau cîte o idee, pe care le asociază cu conflictele.
5. Pe rînd, elevii își așază cuvintele pe podea, în jurul colii mari pe care scrie „CONFLICT". Ei au voie să spună cuvintele cu voce tare. Dacă se întîmplă ca unele cuvinte să aibă sensuri apropiate, ele pot fi așezate în același loc. De exemplu, dacă cineva scrie „bătaie", un alt cuvînt ca „lovire" ar putea fi așezat alături. Elevii au voie să explice cuvintele folosite dacă cred că este cazul.
6. Discutați cu elevii dacă cele mai multe idei despre conflicte sunt pozitive sau negative. Întrebați-i dacă un conflict poate fi bun. Aveți grijă să dea răspunsuri concrete. Cereți-le să dea exemple de situații cînd conflictele au fost folositoare sau productive.
7. Cereți elevilor să completeze Fișa de lucru „Ce vrem?" (Notă: această sarcină ar putea fi dată ca temă de casă.)
8. Împărțiți în grupe de cîte 4 sau 6, elevii pot să-și împărtășească relatările.

## ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Cînd apar conflicte între oameni? (Poate fi discutată Fișa de lucru „Ce vrem?".)
* Ar trebui să evităm să fim implicați în conflicte? De ce da sau de ce nu? Puteți da exemple de situații în care ați reușit să evitați un conflict? Cum v-ați simțit evitînd conflictul?
* Cum sunt soluționate conflictele care au loc:
  a. în noi înșine?
  b. în clasa noastră?
  c. în școală?
  d. în comunitate?
  e. în familie?
  f. între noi și prietenii noștri?

## ACTIVITATE SUPLIMENTARĂ

Ultima dintre întrebările pentru discuții este extrem de utilă și de lămuritoare. Ați putea să o transformați într-o activitate, împărțind clasa în șase grupe. Citiți elevilor întrebările. Fiecare grupă va avea de găsit căi de rezolvare a acestor conflicte. Una dintre grupe se poate gîndi la căi de rezolvare a conflictelor noastre interioare, o altă grupă se poate gîndi la felul în care se pot soluționa conflictele din clasă etc. După ce grupele vor fi discutat aceste soluții în sistem brainstorming, ele vor raporta celorlalți la ce s-au gîndit. (Fiecare grup se poate gîndi la modul în care este soluționat un conflict concret și poate să pună la punct un joc de rol.) Activitatea poate fi urmată de o discuție despre asemănările și diferențele dintre diferitele soluții pentru rezolvarea conflictelor.

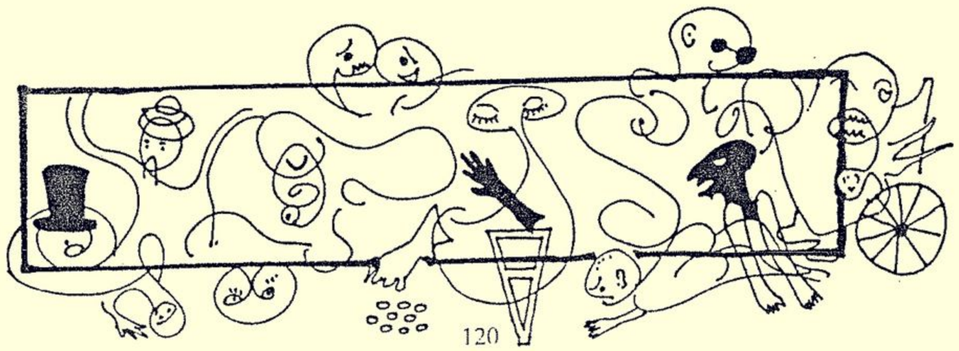
## *FIŞA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

În legătură cu ce fel de lucruri avem conflicte? Există şase surse diferite ale conflictelor. Cele mai multe dintre conflicte sunt legate de aceste şase surse.

1. **Nevoile fundamentale** sunt satisfăcute de acele lucruri de care avem nevoie ca să supravieţuim, precum alimentele, apa şi aerul.
2. **Valorile diferite** există cînd oamenii împărtăşesc credinţe diferite. De exemplu, oameni aparţinînd unor religii diferite pot avea valori diferite.
3. **Percepţiile diferite** apar cînd oamenii văd sau gîndesc diferit un anumit lucru. De exemplu, doi oameni se pot certa pentru că nu se pot pune de acord ce fel de culoare are cămaşa cuiva. De fapt, se poate întîmpla ca ei să perceapă culoarea diferit.
4. **Interesele diferite** apar cînd oamenii au preocupări diferite. De exemplu, doi elevi ar putea să se certe pentru că nu se pot hotărî dacă să meargă la o petrecere sau la film.
5. **Resursele limitate** se referă la cantitatea limitată în care se găsesc diferite lucruri. Nu suntem cu toţii bogaţi în lume, deoarece banii sunt o resursă limitată.
6. **Nevoile psihologice** sunt satisfăcute cînd avem stări, precum: ne simţim capabili, responsabili, acceptaţi, importanţi şi sănătoşi. De exemplu, cu toţii avem nevoia de a fi iubiţi.

Scrieţi acum o scurtă povestire despre un conflict. Pentru a vă uşura munca de construire a povestirii, faceţi apel la cel puţin una dintre cele şase surse ale conflictelor. Arătaţi la ce sursă/ surse v-aţi referit. De exemplu, aţi putea scrie despre o ceartă între doi fraţi care vor aceeaşi carte. Amîndoi vor să citească acum cartea, dar nu au la dispoziţie decît acest unic exemplar. Sursa conflictului este reprezentată de resursele limitate — nu există decît o singură carte, pe care amîndoi o vor.







## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecţii, elevii vor fi capabili:

1. să explice cuvîntul „conflict" pe baza unor definiţii personale;
2. să ajungă la un acord general asupra a ceea ce constituie un conflict.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Analiza conflictelor
Arta de a face faţă conflictelor

## *INFORMAŢII PRELIMINARE*

Deoarece conflictele reprezintă o parte atît de naturală, de importantă şi de inevitabilă a vieţii sociale şi a propriei vieţi a fiecăruia/ fiecăreia, este foarte greu să le dăm o singură definiţie. La urma urmei, cum am putea reduce conflictele la o singură definiţie, cînd există pe lume atîtea feluri de conflicte?

Următoarele trei activităţi sunt astfel gîndite încît să ofere elevilor posibilitatea să cerceteze asemănările importante dintre situaţiile de conflict, de la cearta în familie, pînă la războaiele internaţionale. În loc să le impună elevilor o viziune teoretică asupra conflictelor, aceste activităţi le dau acestora posibilitatea de a-şi forma şi de a-şi dezvolta un mod propriu de înţelegere a conflictelor.

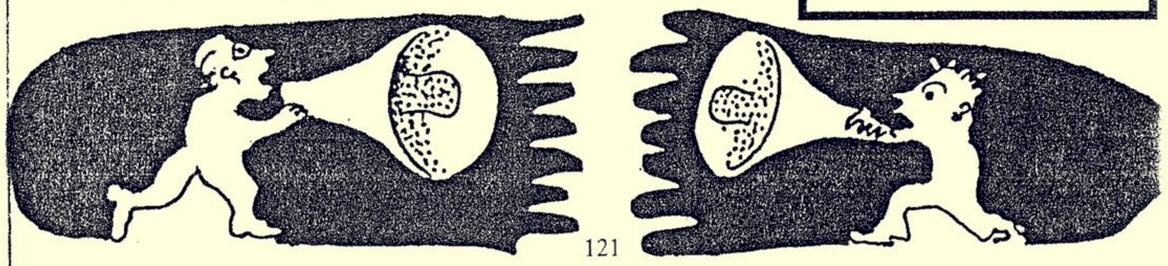
## *MATERIALE*

Hîrtie, creioane, Fişele de lucru „Acesta este un conflict?" şi „Cele mai multe conflicte", o tablă şi cretă (sau o coală mare de hîrtie şi un marker)

## *ACTIVITĂŢI*

**Activitatea 1:**

1. Împărţiţi elevii în grupe de cîte 4 sau 6.



## *INDICAŢII PENTRU PROFESORI*

Pentru a-i ajuta pe elevi să se simtă bine în grupe mici de lucru, puteţi organiza mai întîi o activitate de încălzire.

Încurajaţi elevii, avînd grijă ca fiecare să participe la discuţiile din grupa lui/ei.

Aceste trei activităţi vă oferă posibilitatea să cereţi elevilor să împărtăşească celorlalţi soluţiile bune şi paşnice pe care le-au găsit pentru rezolvarea conflictelor.

2. Fiecare grupă își alege un reprezentant care va raporta clasei ideile importante apărute în discuțiile din grupele mici.
3. Împărțiți fiecărui reprezentant al grupelor o copie a Fișei de lucru „Acesta este un conflict?". Spuneți elevilor că fiecare grupă trebuie să decidă dacă situația respectivă reprezintă un conflict. Subliniați că grupele trebuie să se gîndească la argumente care să le sprijine decizia.
4. După ce grupele au terminat discuțiile, reprezentanții acestora raportează clasei concluziile și argumentele grupei respective.
5. Notați pe tablă sau pe coala de hîrtie ideile importante ale fiecărei grupe. Cereți elevilor să discute deschis aceste puncte de vedere, încurajîndu-i să-și manifeste dezaprobarea, dacă este cazul.

**Activitatea 2 — Dicționarul conflictelor:**

1. Această activitate este amuzantă și ușoară. Împărțiți elevii din clasă în perechi.
2. Împărțiți fiecărei perechi o bucată de hîrtie.
3. Anunțați elevii că vor avea de construit definiții ale conflictelor. Scrieți pe tablă „Un conflict este/ înseamnă...". Cereți elevilor să completeze propoziția și înregistrați răspunsurile pe care ei le dau pe foile lor. Pentru a le stimula ideile, dați elevilor exemple, precum: „Un conflict înseamnă teroare", „Conflictul este ceva cu care am de-a face în fiecare zi" și „Conflictul este ceva amuzant". Cereți fiecărei perechi să se gîndească la cel puțin zece astfel de idei.
4. După ce elevii își vor fi epuizat ideile, cereți-le să se gîndească cum ar putea să le grupeze, astfel încît unele definiții să exprime caracterul pozitiv al conflictelor, în timp ce altele să exprime caracterul negativ al acestora.
5. În fiecare pereche, unul dintre elevi va desena un cerc în jurul fiecărei idei care pare să se refere la aspectele pozitive ale conflictelor. Celălalt elev va desena un pătrat în jurul fiecărei idei care pare să se refere la aspectele negative ale conflictelor.
6. Elevii își vor da seama că unele definiții se referă mai curînd la aspectele pozitive ale conflictelor, în timp ce altele se referă mai ales la aspectele negative legate de acestea.
7. Fiecare pereche urmează să se folosească de definițiile scrise pe hîrtie pentru a da o definiție proprie conflictelor. Definițiile elevilor pot să cuprindă mai mult de o propoziție. De exemplu, o pereche ar putea decide că un conflict este „ceva ce oamenii fac în fiecare zi. Cei aflați în conflict se ceartă, se rănesc unii pe ceilalți ca să obțină ceea ce doresc. Nu toate conflictele sunt ceva rău".
8. Perechile împărtășesc celorlalți elevi din clasă definițiile pe care le-au dat conflictelor.

## ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Care dintre definițiile conflictelor pare să fie cea mai clară pentru noi?
* V-ați gîndit mai curînd la definiții pozitive sau la definiții negative ale conflictelor? De ce? Ce definiții pozitive s-ar putea da conflictelor?

Spuneți elevilor că doriți să faceți o comparație între definițiile de dicționar ale conflictelor și cele ale elevilor. Cereți-le să-și compare definițiile proprii cu cele din dicționar.

NOTĂ: Dacă aveți la îndemînă un dicționar, puteți cere unui elev să se uite la cuvîntul „conflict" și să citească definiția cu voce tare.

Spuneți elevilor că definițiile de dicționar nu sunt neapărat corecte și singurele definiții posibile ale conflictelor.

* Cuvîntul **conflict** vine din limba latină. În latină, **conflictus** înseamnă „a se lovi unul pe altul".

* O definiție simplă a conflictului este următoarea: un dezacord între două sau mai multe persoane sau idei.



**Activitatea 3:**

1. Împărțiți elevilor Fișa de lucru „Cele mai multe conflicte" și cereți-le să o completeze.
2. Formați grupe de cîte 5 sau 6.
3. Fiecare grupă trebuie să decidă cele cinci idei de pe fișă, care ne ajută cel mai mult pentru a face față conflictelor. În urma discuțiilor dintre membrii grupei, *fiecare trebuie să fie de acord că aceste idei sunt, într-adevăr, cele mai importante pentru a învăța să facem față conflictelor.*

## ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Ce imagini vă vin în minte cînd cineva spune „conflict"?
* Ce asemănări importante există între diferite tipuri de conflicte? Dați exemple concrete.
* Ce simțiți în legătură cu conflictele? Credeți că ele dăunează oamenilor sau că le sunt de folos? De ce? Conflictele sunt pentru voi dăunătoare sau vă ajută? De ce?
* Cereți elevilor să descrie un conflict real în care au fost implicați și să arate ce lucruri folositoare au învățat pe baza acestuia.

## ACTIVITATE DE CONSOLIDARE

Cereți elevilor să se întoarcă la situațiile discutate în cadrul Activității 1 și să încerce să le reconsidere.

---

Adaptare cu permisiune după Kreidler, William J. Creative Conflict Resolution. Scott, Foresman and Company, Goodyear Books, 1984.

## *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

**Indicații:** Citiți situațiile de mai jos și decideți dacă este sau nu vorba de un conflict. Notați argumentele pentru a vă susține punctul de vedere.

1. Andreea, Veronica și Irina vorbesc între ele în ora de biologie. Ele șușotesc și își scriu una alteia bilețele. Într-o zi, profesorul de biologie se înfurie, țipă la ele și le dă afară din clasă. Le aplică și o pedeapsă: vor șterge tabla în fiecare zi, timp de o lună.

2. Elena și Eva sunt prietene bune. Ele au dat săptămîna trecută o lucrare la istorie și au luat amîndouă note bune. Elena crede că Eva a luat o notă bună pentru că este eleva favorită a profesorului. Eva spune că a învățat din greu și că a meritat nota cinstit. Cele două fete se ceartă și ridică vocea una la cealaltă.

3. Lui Andrei îi plac emisiunile de radio transmise noaptea. Emisiunea tocmai a început, și el vrea s-o asculte. Dar tatăl lui vrea ca el să se culce. „Liniște" îi strigă tatăl său. „Trebuie să mergi la școală mîine dimineață." Andrei nu vrea să închidă radioul. Tatăl lui se înfurie, scoate din priză aparatul și strigă: „Nu mai ai voie să asculți radioul toată săptămîna!".

4. Multor copii le place să se joace seara în curtea școlii. De curînd, cîțiva cîini fără stăpîn i-au mușcat pe trei copii în curtea școlii. Părinții nu le mai dau voie acum copiilor să se joace în curtea școlii.

5. La o petrecere între elevi, aceștia se împart în două grupuri. Marius este conducătorul unuia dintre grupuri, iar Diana este conducătoarea celuilalt grup. În fiecare grup, elevii rîd și se amuză. Dar fiecare grup îl ignoră pe celălalt.

## *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

**Indicații:** Bifați fiecare idee cu care sunteți de acord.

Cînd este vorba de un conflict, cei mai mulți oameni:

— se ceartă
— încearcă să se înțeleagă unii pe alții
— se ajută unii pe alții
— strigă unii la alții
— colaborează
— se înșeală unii pe alții
— se ascultă cu atenție unii pe alții
— sunt suspicioși unii față de alții
— încearcă să cîștige
— se iartă unii pe alții
— încearcă să obțină cîștiguri reciproce
— au încredere unii în alții
— se mint unii pe alții
— își zîmbesc
— se află în competiție unii cu alții
— se lovesc unii pe alții
— lucrează împreună pentru a rezolva situația
— încearcă să înțeleagă ce simt ceilalți
— se învinuiesc unii pe alții
— cer ajutorul altor persoane
— încearcă să pună capăt conversației
— se înfurie unii pe alții.

# *CUM SUNT ÎNFĂȚIȘATE CONFLICTELE ÎN ȘTIRI?*

## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să distingă între ceea ce este și ceea ce nu este un conflict;
2. să explice cum sunt înfățișate conflictele în ziare și reviste;
3. să distingă între căile pozitive și negative de a aborda conflictele.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Analiza conflictelor
Mass-media

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Cu toții suntem ființe unice, între care există diferențe de vîrstă, de sex, de credințe religioase ș.a.m.d. Ne deosebeste si felul de a vedea lumea: ceea ce pentru o persoană poate însemna un comportament acceptabil este absolut inacceptabil pentru o altă persoană. Care este momentul în care dezacordurile dintre diferite puncte de vedere se transformă în conflicte?

În general, cum recunoaștem conflictele? Conflictele asociate cu violență fizică, ca în situațiile în care cineva îmbrînceşte pe altcineva, pot fi recunoscute cu ușurință. Este însă mult mai greu să identificăm conflicte legate de diferențele în ceea ce privește atitudinile. De exemplu, cînd doi oameni de religii diferite încep o dispută asupra unor concepte religioase, se poate întîmpla ca discuția să se transforme într-un anumit punct în conflict.

Această activitate demonstrează elevilor modul în care ziarele și revistele pot promova neintenționat conflicte. În timp ce pentru unii o fotografie poate să pară cu totul acceptabilă, pentru alții ea ar putea să fie ofensatoare.

## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Informațiile preliminare pentru această activitate pot fi de folos în special pentru conducerea discuțiilor.

Activitatea suplimentară introduce conceptul de rezolvare a conflictelor. Ajutați-i pe elevi să înțeleagă că una dintre căile de rezolvare a conflictelor este colaborarea. Puteți să-i încurajați de asemenea să fie atenți la exemple de conflicte care au parte de o rezolvare pașnică. Aceste cunoștințe suplimentare îi vor ajuta pe elevi în activitățile care urmează.

## *MATERIALE*

Pentru această activitate, aveți nevoie de fotografii/imagini din reviste și din ziare:

* Multe dintre fotografii prezintă oameni interacționînd în situații de conflict.
* Doar o mică parte din fotografii îi prezintă pe oameni interacționînd în situații evident mai puțin conflictuale. În aceste cazuri, s-ar putea să fie neclar dacă este vorba cu adevărat de un conflict. De exemplu, o fotografie ar putea să înfățișeze reprezentanți ai unor minorități etnice discutînd la masă sau interacționînd în alte moduri.
* Foarte puține fotografii nu înfățișează nici un fel de conflicte. Aceste imagini ar putea să reflecte situații de colaborare, de manifestare a grijii etc.

NOTĂ: Aveți grijă ca imaginile să reflecte o mare varietate de situații conflictuale. De asemenea, în loc să căutați dumneavoastră însivă fotografiile, cereți elevilor să aducă ziare și reviste și să le găsească singuri. Spuneți pur și simplu elevilor ce tipuri de fotografii să caute (vezi mai sus).

## *ACTIVITATE*

1. Împărțiți elevii în grupe de cîte 4 sau 6.
2. Cereți fiecărei grupe cîteva dintre fotografiile din reviste și din ziare (descrise mai sus).
3. Dați indicații fiecărei grupe să analizeze fiecare fotografie și să decidă dacă ea reflectă sau nu o situație de conflict. Fiecare grupă ar trebui să rînduiască fotografiile pe podea, una lîngă alta. Elevii ar trebui să așeze fotografiile de la cea pe care o consideră în cea mai mare măsură reprezentativă pentru existența unui conflict pînă la cea pe care o consideră cea mai puțin reprezentativă pentru conflicte. Dacă apar dezacorduri în grupe referitoare la deciziile privind majoritatea fotografiilor, elevii ar trebui să explice de ce au altă părere.
4. După ce toți și-au ordonat și și-au analizat imaginile, grupele își prezintă pe rînd imaginile clasei și explică de ce au ordonat imaginile în acest fel.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* De ce a fost dificil în unele situații să decideți dacă imaginea reprezenta sau nu un conflict?
* Cum ați decis că o imagine reprezintă o situație de conflict?
* Cine ar vrea să facă cunoscută disputa care a avut loc cînd grupa a încercat să se pună de acord? Cum a fost soluționată această dispută?
* Cum v-ați simțit cînd nu ați fost de acord cu decizia majorității celor din grupă?
* Cum v-ați simțit cînd ați fost de acord cu decizia majorității celor din grupă, dar altcineva nu a fost de acord?

### ACTIVITATE SUPLIMENTARĂ

Cereți elevilor să strîngă imagini reflectînd situații de colaborare. Ei ar putea să realizeze un album cu tăieturi din ziare sau ar putea să adune imaginile într-un dosar. Dedesubtul fiecărei imagini, elevii urmează să explice în ce fel este legată acea fotografie de situații de cooperare. Cereți elevilor să le prezinte oral sau să le arate celorlalți albumele realizate.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Cum este legată colaborarea de conflicte?
* Cum colaborați în viața de fiecare zi?

# *OCHI PENTRU OCHI*

## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să arate care dintre atitudinile și valorile lor provin de la familie, prieteni, școală, comunitate și societate;
2. să înțeleagă cum le influențează propriile valori căile pe care le aleg pentru rezolvarea conflictelor;
3. să identifice părțile tari și părțile slabe ale mesajelor pe care le primesc din diferite surse.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Atitudini
Comportamente
Analiza conflictelor
Sentimente
Valori

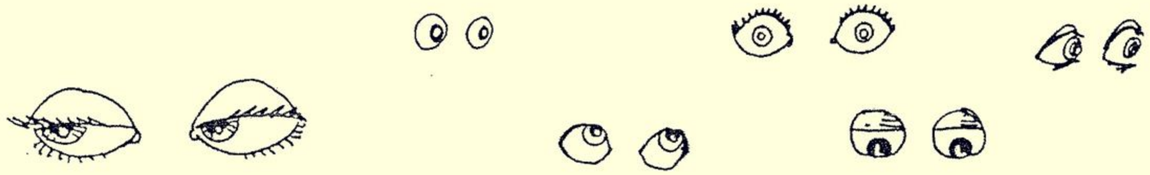
## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Cum se explică faptul că majoritatea oamenilor evaluează conflictele mai curînd din perspectiva aspectelor negative ale acestora? Mai întîi, conflictele produc emoții și ne amintesc de experiențele neplăcute pe care le-am trăit. Cînd ne gîndim la conflicte, ne vin în minte supărarea, frustrarea sau alte emoții neplăcute. În al doilea rînd, societatea ne influențează de asemenea punctele noastre de vedere asupra conflictelor. De-a lungul întregii noastre vieți, părinții, profesorii și oamenii din jurul nostru ne trimit diferite mesaje în legătură cu modul în care urmează să înțelegem lumea. Pornind de la aceste mesaje, ne construim un sistem de valori, de principii și de credințe care ne influențează comportamentul în situații de conflict.

Această activitate ne permite să investigăm cum se întîmplă că oameni diferiți, cu roluri diferite în viețile noastre, ne influențează prin intermediul unor mesaje contradictorii și ne împiedică astfel să avem o viziune clară despre cum trebuie să ne comportăm. Devenind conștienți de existența unor astfel de mesaje, ne este mai ușor să luăm decizii în cunoștință de cauză.

## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Activitatea #1 poate fi realizată pentru a sparge gheața, ajutîndu-i astfel pe elevi să se simtă mai bine în timpul activității #2.





## *MATERIALE*

Tablă și cretă (sau coli mari de hîrtie și markere), o listă de enunțuri/proverbe (care vă ajută să realizați Activitatea #1)

## *ACTIVITĂȚI*

**Activitatea 1:**

1. Cereți elevilor să se gîndească la cît mai multe enunțuri (proverbe) despre cum să ne purtăm în situații de conflict. Dacă elevilor le este greu să identifice astfel de proverbe, ajutați-i cu unele exemple, precum: „Ochi pentru ochi, dinte pentru dinte" sau „Cine scoate sabia, de sabie va pieri".
2. Notați pe tablă sau pe o coală de hîrtie toate exemplele date de elevi.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Făcînd inventarul proverbelor notate pe tablă, întrebați-i pe elevi:
    1. de unde știu proverbul respectiv?
    2. ce ne învață proverbul despre cum să abordăm conflictele?
* Spuneți elevilor că proverbele ne indică niște căi de rezolvare a conflictelor. Cereți elevilor să se gîndească la conflicte pe care le-au întîlnit la școală, acasă sau în altă parte. Elevii urmează să relateze despre o situație în care cineva a rezolvat un conflict după modelul asertat de anumite proverbe. (Puteți să le dați elevilor mai întîi un exemplu. De pildă, puteți să le spuneți că în cazul în care o persoană țipă la alta, iar aceasta răspunde tot prin ridicarea vocii, este aplicată soluția „Ochi pentru ochi, dinte pentru dinte". Cu alte cuvinte, tu țipi la mine, eu țip la tine.)

**Activitatea 2:**

1. Explicați elevilor că noi receptăm mesaje despre cum să ne comportăm și despre ce este valoros din surse diferite (vezi Informațiile preliminare). Aceste mesaje sunt adeseori în contradicție unele cu altele.
2. Spuneți elevilor că vor cerceta ce fel de mesaje primesc de la diferiți oameni.
3. Împărțiți elevii în șase grupe.
4. Fiecare grupă urmează să alcătuiască o listă de mesaje care ne sunt adresate. Explicați elevilor că aceste mesaje pot fi transmise oral, ca atunci cînd părinții ne cer să nu rămînem afară peste o anumită oră; de asemenea, aceste mesaje pot fi mai puțin directe, ca atunci cînd imităm prin îmbrăcăminte vedete ale muzicii rock. Repartizați sarcinile fiecărei grupe după cum urmează:

* Grupa #1 să alcătuiască o listă cu mesaje pe care le primim de la familie.
* Grupa #2 să alcătuiască o listă cu mesaje pe care le recepționăm de la școală.
* Grupa #3 să alcătuiască o listă cu mesaje pe care le primim de la prieteni.
* Grupa #4 să alcătuiască o listă cu mesaje pe care le primim din cărți, din ziare și din reviste.
* Grupa #5 să alcătuiască o listă cu mesaje pe care le primim de la comunitatea în care trăim.
* Grupa #6 să alcătuiască o listă cu mesaje pe care le recepționăm de la televizor.

5. Cereți elevilor să compare mesajele diferite provenite din surse diferite.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Ce se întîmplă cînd suntem ținta unor mesaje contradictorii? De exemplu, cînd părinții vă cer să fiți acasă la o anumită oră, chiar veniți acasă cînd vor ei?
* Ce se întîmplă cînd prietenii vă îndeamnă să rămîneți undeva mai tîrziu decît ați promis acasă? După ce mesaj vă conduceți? De ce?

### ACTIVITATE DE CONSOLIDARE

1. În cadrul acestei activități, elevii aplică mesajele pe care le-au primit (de la membrii

familiei, de la prieteni, de la membrii comunității etc.). Citiți elevilor următoarea situație: Săptămîna trecută, ai avut un test la matematică. Ai învățat foarte mult pentru lucrare și ai fost convins că vei lua o notă bună. Ieri, profesorul ți-a dat înapoi lucrarea corectată. În fața întregii clase, ți-a spus următoarele: „Ai picat la examen, deoarece ai copiat".

2. Cereți elevilor să se gîndească la diferite moduri în care elevul ar putea să reacționeze la acuzațiile profesorului. Cereți fiecărei grupe să realizeze un joc de rol în care elevul urmează să reacționeze la acuzațiile profesorului în conformitate cu mesajele analizate de grupa respectivă. De exemplu, grupa care a analizat mesajele primite de la membrii familiei ar putea să realizeze un joc de rol în care elevul neagă cu calm acuzațiile profesorului; grupa care a analizat mesajele pe care le primim de la televizor ar putea să construiască o situație în care elevul strigă și țipă la profesor.

## ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Ce părți tari și ce părți slabe au mesajele pe care le primim :

  de la membrii familiei?

  de la școală?

  de la prieteni?

  din cărți, ziare și reviste?

  de la membrii comunității?

  de la televizor?

* În cazul în care avem de-a face cu mesaje contradictorii, cum decidem pe care dintre ele să-l avem în vedere? De exemplu, în situația de mai sus, elevul ar trebui să ridice vocea la profesorul care îl acuză pe nedrept că a copiat sau să-i explice acestuia cu calm că nu a copiat?



# *CUM POATE ARĂTA VIOLENȚA?*

## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să identifice diferite subtipuri ale violenței;
2. să descrie aceste subtipuri ale violenței.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Analiza conflictelor
Violență

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Mulți oameni gîndesc că violența și conflictele sunt același lucru. Desigur, între aceste concepte există adeseori diferite relații, dar ele nu sunt identice. De exemplu, mulți oameni recurg la mijloace violente pentru a rezolva conflictele. Cu toate acestea, violența este doar una dintre căile de a rezolva un conflict.

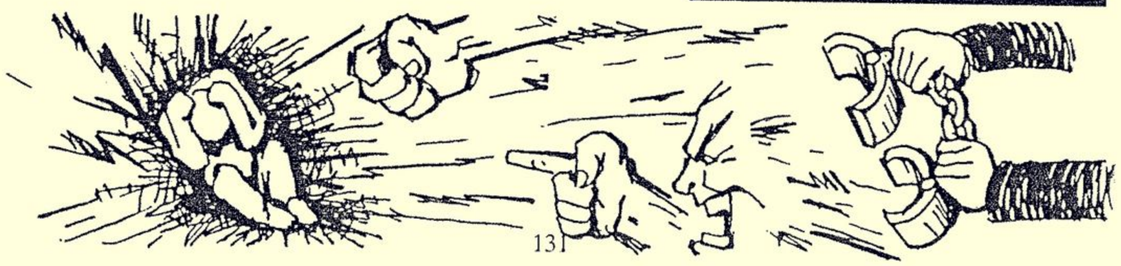
Există trei categorii principale de violență. Pentru majoritatea oamenilor, cuvîntul violență este asociat cu violența fizică. Dar alte două tipuri de violență, cea psihică și cea structurală, pot avea același rol distructiv. Despre ce fel de violență este vorba mai precis în fiecare dintre aceste tipuri?

1. **Violența fizică:** există cînd cineva face uz de forța fizică pentru a răni pe altcineva. Acest tip de violență se manifestă, de regulă, cu intenție. Un exemplu de violență fizică este situația cînd un elev îl îmbrînceşte pe un altul.
2. **Violența psihică:** există cînd cineva dăunează imaginii de sine a altcuiva. Un exemplu de astfel de violență este situația în care un părinte îi spune întruna copilului său că este prost și lipsit de valoare.

## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Violența face parte din toate aspectele vieții noastre. Realizarea acestei activități implică multă grijă din partea profesorului, deoarece unii dintre elevi s-ar putea să fi avut parte de experiențe violente traumatice în mai mare măsură decît alții. Dacă observați că elevii devin neliniștiți, vorbiți cu ei după oră și întrebați-i de ce s-a întîmplat astfel. Dacă este vorba de un număr foarte mare de elevi, este bine să discutați cu întreaga clasă de ce este violența atît de supărătoare. De asemenea, ați putea realiza o activitate de relaxare...

Este util să le cereți elevilor să se gîndească la probleme cu care s-au întîlnit în școala lor, și rezolvate violent; elevii ar putea să realizeze un joc de rol care să înfățișeze alternative nonviolente de soluționare a unui conflict.



3. **Violența instituțională:** există cînd o instituție neagă unora dintre membrii ei drepturile lor fundamentale. Un exemplu este situația în care conducerea unui stat nu ar da voie unora dintre cetățenii acestuia să lucreze (și să obțină bani pentru hrană). Cînd violența este instituționalizată, ea devine o parte a culturii și este considerată acceptabilă.

Fiți atenți la faptul că o discuție despre violența instituțională în școală nu este o sarcină ușoară, mai ales dacă elevii se referă la astfel de situații din propria lor școală. [1]

Este extrem de important să explicați elevilor și diferențele dintre alte două subdiviziuni ale violenței: violența agresivă și violența instrumentală. **Violența agresivă** este realizată cu intenția de a răni. Dacă sunt furios pe tine și te îmbrîncesc, am comis un act de violență agresivă. Pe de altă parte, **violența instrumentală** se manifestă cînd ea este utilizată ca mijloc pentru atingerea unui alt scop. De exemplu, în situația în care un elev ar provoca o luptă pentru a le demonstra celorlalți forța lui. În acest caz, violența este utilizată de către elev ca un mijloc pentru realizarea unui alt scop: demonstrarea forței fizice.

## *MATERIALE*

Cîte două bucăți de hîrtie și cîte un creion pentru fiecare elev/ elevă.

## *ACTIVITATE*

1. Împărțiți elevii în grupe de cîte 4 sau 6 și aveți grijă ca fiecare elev să aibă un creion și hîrtie. În fiecare grupă, elevii urmează să stea în cerc.
2. Cereți elevilor să scrie cuvîntul „violență" în partea de sus a hîrtiei.

[1] Problema violenței instituționale este discutată mai pe larg în capitolul „Noi", capitol care are ca obiect drepturile omului. În mod specific, unele dintre activitățile din cadrul acestui capitol sunt concepute pentru a permite elevilor să înțeleagă numărul mare al încălcării drepturilor omului, care apare tocmai în instituția cu care sunt mai familiarizați: școala.

3. În mod individual, elevii urmează să scrie ce cred ei că înseamnă violență.
4. Fiecare elev/ elevă urmează să împărtășească celorlalți din grupă definiția pe care a dat-o violenței.
5. În cadrul fiecărei grupe, elevii vor spune pe rînd, în sensul acelor de ceasornic, cuvinte care le vin în minte cînd se gîndesc la cuvîntul violență. Unele dintre aceste cuvinte s-ar putea să descrie exemple concrete de violență. Alte cuvinte s-ar putea să explice semnificația cuvîntului violență. *În fiecare grupă, elevii trebuie să noteze pe hîrtie toate ideile exprimate.* Fiecare grupă trebuie să se gîndească la cel putin 20 de cuvinte. NOTĂ: Dacă o persoană nu dorește să rostească astfel de cuvinte, este liberă să nu o facă.
6. Cereți elevilor să ia o nouă foaie de hîrtie și să o împartă în trei părți.
7. Spuneți elevilor să scrie cuvintele „violență fizică" în partea de sus a primei secțiuni. Discutați cu elevii ce înseamnă violența.
8. Spuneți elevilor să scrie cuvintele „violență psihică" în partea de sus a celei de-a doua secțiuni. Discutați cu elevii ce este violența psihologică. Ajutați-i pe elevi să înțeleagă diferența dintre violența fizică și cea psihică.
9. Spuneți elevilor să scrie cuvintele „violență instituțională" în partea de sus a celei de-a treia secțiuni a foii de hîrtie. Discutați cu elevii ce este violența instituțională. Ajutați-i să înțeleagă diferențele dintre cele trei tipuri de violență notate pe foile lor.
10. Dați indicații grupelor cum să plaseze cuvintele rostite anterior (la pasul #5) într-una din cele trei secțiuni. În fiecare grupă, elevii urmează să lucreze împreună pentru a plasa cuvintele respective în una dintre aceste secțiuni.
11. În continuare, elevii urmează să discute în fiecare grupă despre căile posibile de stopare a fiecăreia dintre cele trei forme ale violenței. De exemplu, un mod de a stopa manifestarea tot mai răspîndită a violenței fizice ar putea să fie existența unor legi mai stricte împotriva celor care o practică. Dacă această sarcină se dovedește a fi prea grea pentru elevi, cereți-le să discute despre o cale specifică de a pune capăt unui exemplu concret de violență, menționat pe foile lor. De pildă, elevii ar putea să discute despre căile pe care le are la dispoziție un copil pentru a se proteja împotriva bătăii și rănirii (în ambele sensuri, fizice și psihice).
12. Elevii din fiecare grupă împărtășesc celorlalți colegi din clasă exemplele de violență alese. Ei le spun acestora de asemenea la ce s-au gîndit pentru a pune capăt diferitelor forme de violență.

## ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* De ce a fost greu să plasați unele dintre exemplele de violență în doar una dintre cele trei secțiuni?
* Ce este violența? De ce diferă definițiile pe care oamenii le dau violenței?
* Cereți elevilor să dea exemple de situații cînd oamenii fac uz de violență pentru a face față unui conflict. De ce au recurs oamenii la violență? Ce alte căi ar fi putut fi găsite pentru a face față acestor conflicte?
* Cereți elevilor să fie atenți la următoarele două scenarii care includ acte de violență. Cereți-le să se gîndească la diferențele care există între folosirea violenței în fiecare dintre aceste situații. Purtați apoi o discuție despre diferența dintre violența instrumentală și cea agresivă (discutată în cadrul Informațiilor preliminare). Cereți elevilor să dea exemple de situații reale din viață în care se face uz de violența agresivă sau instrumentală.

**Scenariul 1:** Doi elevi se ceartă între ei. Unul dintre elevi este atît de furios, încît el/ea îl/ o lovește în față pe un altul/ o alta.

**Scenariul 2:** Un elev provoacă o bătaie pentru a le demonstra celorlalți forța lui.

NOTĂ: Explicați elevilor că este extrem de important să nu confunde violența agresivă cu cea instrumentală. Uneori, cînd elevii sunt atacați în mod violent, ei se consideră vinovați, gîndindu-se că atacul este un rezultat al propriilor lor carențe. De exemplu, un elev bătut de părinți ar putea să gîndească: „Părinții mă bat pentru că sunt o persoană rea". De cele mai multe ori însă, violența ține de starea și de caracterul atacatorului însuși. Astfel, s-ar putea ca părinții abuzivi să-și lovească copilul pentru a se descărca nervos, și nu pentru a-l pedepsi pe acesta.

---

Fragmente folosite cu permisiune după Harris, Ian. Peace Education, McFarland and Company, Jefferson, N.C., 1988. Această carte descrie modul în care pot fi puse la punct și demarate programele de educație pentru pace și dă sugestii de lucru pentru diferite grupe de vîrstă.

## *UNDE NE ÎNTÎLNIM CU VIOLENȚA?*

### *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să definească și să descrie ce este violența;
2. să identifice numărul mare de acțiuni violente cărora ei sunt expuși în fiecare zi;
3. să ofere căi multiple de rezolvare efectivă, nonviolentă, a situațiilor de utilizare a violenței;
4. să explice de ce violența pare să fie o strategie sănătoasă, bună, de rezolvare a conflictelor.

### *CONCEPTE-CHEIE*

Analiza conflictelor
Violență

### *INFORMAȚII PRELIMINARE*

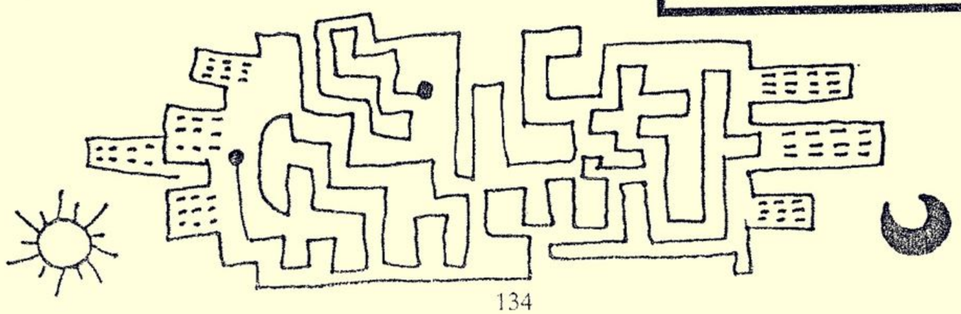
Violența poate fi întîlnită practic oriunde. Dacă deschidem ziarele, putem citi despre războaie în diferite părți ale lumii. Dacă deschidem televizorul, vedem oameni ridicînd vocea sau trăgînd unii în alții. Dacă observăm copii jucîndu-se, vedem că ei joacă jocuri precum „Împușcă-l pe cel rău". Pe ecrane, vedem oameni luptîndu-se și bătîndu-se în filme. Aflăm tot timpul despre rata înaltă a criminalității stradale. Și așa mai departe.

În lumea noastră, violența este acceptată ca o cale de a rezolva conflictele. Acest lucru produce numeroase probleme, deoarece copiii învață multe din mediul în care trăiesc. Cu cît mediul cultivă mai mult violența, cu atît copiii se vor obișnui mai mult cu ea, văzută ca o cale practică și sănătoasă de rezolvare a conflictelor. Pentru a schimba

### *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Elevii care au avut de suferit din cauza violenței sau care au fost martori ai unor situații de folosire a violenței — fizică sau psihică — pot să se vindece încetul cu încetul vorbind despre problemele lor. Puteți sprijini derularea acestui proces de vindecare prin utilizarea competențelor de comunicare (prezentate în Capitolul III). În timpul acestei activități, elevii ar trebui să aibă încredere că pot vorbi despre situații personale; ei pot să aleagă însă să nu vorbească despre sentimentele lor, dacă nu doresc.

După realizarea acestei activități, puteți discuta cu elevii dacă situațiile descrise pe fișa de lucru sunt exemple de violență fizică, psihică sau instituțională (descrise în lecția precedentă).





această mentalitate, copiii ar trebui să învețe: 1) să recunoască violența și 2) să facă față conflictelor folosind alte mijloace decît cele violente.

Activitatea precedentă, „Cum poate arăta violența?", îi ajută pe elevi să recunoască diferite forme ale acesteia. Activitatea de față permite o abordare mai profundă a subiectelor legate de violență.

### *MATERIALE*

Fișele de lucru ale elevilor „Unde ne întîlnim cu violența?" și „Cum recunoaștem violența?", tablă și cretă (sau coli mari de hîrtie și markere), creioane

### *ACTIVITATE*

1. Scrieți pe tablă cuvîntul „violență".
2. Împărțiți elevii în grupe de cîte patru.
3. Dați indicații elevilor să completeze Fișa de lucru „Unde ne întîlnim cu violența?", discutînd mai întîi fiecare întrebare în grupele lor.
4. După ce elevii au completat fișa de lucru, cereți elevilor să formeze un cerc mare.
5. În cerc, fiecare grupă împărtășește celorlalți cum a definit violența.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Cum ar arăta societatea noastră dacă nu ar exista violență?
* Există multe manifestări violente în societatea noastră?
* Deoarece în jurul nostru există multe situații de manifestare a violenței, ne putem gîndi că violența este firească. Care sunt unele dintre dificultățile posibile cînd vrem să rezolvăm o problemă prin a face uz de violență?

### ACTIVITATE SUPLIMENTARĂ

Împărțiți elevilor fișa de lucru „Cum recunoaștem violența?" și cereți elevilor să o poarte cu ei peste tot unde se duc. De cîte ori se întîlnesc cu o anumită formă de violență (sau cu ceea ce cred ei că este violență), urmează să înregistreze acest fapt în partea stîngă a fișei. Explicați elevilor că s-ar putea să se întîlnească cu situații de violență la școală, acasă, la televizor, la locul de joacă sau în orice altă parte. Spuneți elevilor ca atunci cînd notează fapte violente să nu folosească numele real al persoanelor. În partea dreaptă a fișei, elevii urmează să noteze posibile căi de a face față fiecărei situații fără a recurge la violență.

Pentru a clarifica sarcina de lucru, dați elevilor următorul exemplu:

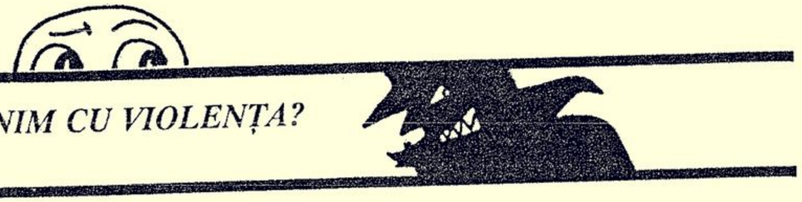
> „Pe drumul spre casă, vedeți un copilaș plîngînd. Mama acestuia îl pălmuiește cu putere.
>
> În partea stîngă a fișei, scrieți că ați văzut o mamă pălmuindu-și copilul. În partea dreaptă a fișei, notați cum altfel ar putea fi rezolvată o astfel de situație fără a recurge la violență. De exemplu, mama ar putea cere calm copilului să tacă, în loc să-l pălmuiască".

Cereți elevilor să completeze fișa și să o aducă în clasă peste două zile. Oricine vrea poate să împărtășească celorlalți una dintre situațiile observate și unde a fost ea întîlnită (de exemplu, la locul de joacă, la televizor etc.). Elevii ar trebui să descrie de asemenea căi alternative de a face față problemelor prin metode nonviolente.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Cîte astfel de acte violente ați observat?
* De ce credeți că este atîta violență în jurul nostru?

NOTĂ: Dacă elevii nu-și scriu numele pe fișe, ele ar putea să fie strînse și folosite pentru discuții și pentru jocuri de rol.



## *UNDE NE ÎNTÎLNIM CU VIOLENȚA?*

### *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

**Indicații:** Răspundeți la aceste întrebări cu ajutorul fiecărui coleg din grupa voastră.

1. Ce credeți că este violența?

2. Cînd cineva îmbrînceşte sau rănește pe altcineva, este vorba de violență?

Da_____Nu_____ De ce da sau de ce nu?

3. Dacă îi strigăm pe alții cu poreclele lor, este vorba de violență?

Da_____ Nu_____ De ce da sau de ce nu?

4. Ce se întîmplă dacă sentimentele altor persoane sunt rănite?

5. Dacă cineva rănește o altă persoană în mod accidental, este vorba de violență? De exemplu, dacă ați călcat din greșeală pe piciorul cuiva și i-ați produs o fractură, ați comis un act violent?

Da_____ Nu_____ De ce da sau de ce nu?

6. Numiți cel puțin patru locuri în care violența poate fi văzută sau auzită. (De exemplu, violența poate fi văzută la televizor, cînd oamenii se împușcă.)

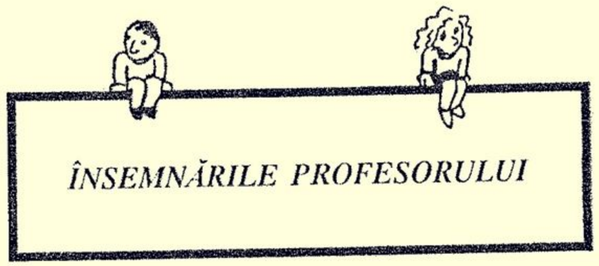
## *CUM SĂ RECUNOAȘTEM VIOLENȚA?*

### *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

**INDICAȚII:** Purtați la voi fișa oriunde vă duceți. Ori de cîte ori sunteți martorii unei scene de violență, notați acest lucru în coloana intitulată **„Violența observată“**. Vă puteți întîlni cu situații violente acasă, la școală, la televizor, la locul de joacă sau în oricare altă parte. În coloana intitulată **„Persoanele/Împrejurările“**, explicați care par să fie motivele pentru manifestarea violenței și cum par să se simtă persoanele implicate. În coloana intitulată **„Cum a fost rezolvată situația?“**, arătați în ce mod a fost influențată situația de manifestarea violenței. În coloana intitulată **„Alte moduri de a face față situației“**, notați în ce alte feluri se putea aborda situația respectivă fără a recurge la violență. Cînd descrieți actele violente ale altor oameni, NU le folosiți acestora numele real. Schimbați-le numele sau numiți-i bărbatul, femeia, copilul.

| **Violența observată** | **Persoanele/ Împrejurările** | **Cum a fost rezolvată situația?** | **Alte moduri de a face față situației** |
|---|---|---|---|
| | | | |




## *CAPITOLUL AL V-LEA*

## *„EU ÎMPREUNĂ CU TINE“*

# INTRODUCERE LA CAPITOLUL AL V-LEA: EU ÎMPREUNĂ CU TINE

Conflictele constituie o componentă naturală, inevitabilă a vieții sociale a fiecăruia dintre noi. Cei mai mulți oameni consideră conflictele ca fiind ciocniri distructive, ireconciliabile, în urma cărora unii cîștigă în defavoarea altora. Dar preocuparea de tip științific privind căile de a face față conflictelor a dus la dezvoltarea unor modele și strategii de abordare eficientă și constructivă a conflictelor. Aceste noi modele prezintă procesul rezolvării conflictelor nu ca pe un cîmp de bătălie, ci mai curînd ca pe o șansă de a învăța lucruri noi, de a ne dezvolta responsabilitatea și de a rezolva conflictele prin colaborare.

În acest capitol este prezentată o strategie în cinci pași, numită „Urcînd pe scară", pentru rezolvarea eficientă a conflictelor. Vă prezentăm într-o ordine specifică un model pentru a vă ajuta să predați elevilor această strategie:

1. Împărțiți elevilor Fișa de lucru „Urcînd pe scară". Citiți conținutul ei împreună cu elevii. Explicați elevilor că un conflict nu este întotdeauna un lucru rău! De fapt, conflictele pot fi șanse pentru noi ca să ne maturizăm, să învățăm și să ne dezvoltăm capacitatea de a ne înțelege unii pe alții. Spuneți-le elevilor că vor învăța cum să „se cațăre pe scară" și cum să facă față mai bine conflictelor. Pășind pe cîte o treaptă, elevii aflați în situații de conflict vor putea comunica cu mai multă claritate și vor putea obține ceea ce ei și cealaltă persoană implicată în conflict vor să obțină. [1]

2. Realizați cel puțin o lecție despre fiecare din cei cinci pași ai strategiei de rezolvare a conflictelor. În acest capitol sunt propuse lecții pentru a clarifica și pentru a demonstra fiecare dintre acești pași. Alături de titlu există o scurtă descriere a pașilor pe care lecția îi pune în evidență. Alegeți lecțiile care vor fi mai potrivite pentru clasele cu care lucrați.

3. Realizați lecția „Urcînd pe scară".

4. Cereți elevilor să exerseze această strategie în cinci pași în fiecare săptămînă, dacă este posibil. Pentru ca aceste competențe să fie integrate cu succes în viețile lor, elevii trebuie să exerseze, să exerseze și iar să exerseze! De exemplu, o dată pe săptămînă, puteți cere elevilor să se gîndească la conflicte și să realizeze un joc de rol, folosind această strategie. (Activitățile din acest capitol care urmează după lecția „Urcînd pe scară" permit de asemenea elevilor să practice această strategie în cinci pași.)

---

[1] La pagina 173, în secțiunea privind Informațiile preliminare de la lecția „Urcînd pe scară", există o descriere mai completă a acestei strategii.

## *INIMA MEA CARE BATE*
## *(Pasul 1 pentru „Urcînd pe scară“)*

### *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să recunoască propriile reacții de ordin fizic într-o situație de conflict;
2. să descrie aceste răspunsuri de ordin fizic în situații de conflict;
3. să explice cum sunt influențate comportamentele noastre de reacțiile fizice în situațiile de conflict.

### *CONCEPTE-CHEIE*

A recunoaște conflictele

### *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Conflictele sunt considerate adeseori ca fiind situații tensionate, de stres și de agresiune. În timp ce multe din activitățile de pînă acum au fost centrate pe înțelegerea aspectelor mentale ale conflictelor, această activitate cercetează reacțiile noastre de ordin fizic în situații de conflict.

În timpul conflictelor, noi reacționăm tensionat, dovedind că suntem stresați: ridicăm vocea, inimile noastre bat mai repede, tremurăm de furie, pălim etc. Răspunsurile noastre într-o situație de conflict o afectează și pe cealaltă persoană implicată. De exemplu, dacă eu ridic vocea, și cealaltă persoană va ridica vocea. Cînd cineva ridică vocea la noi, avem tendința să strigăm încă și mai tare! Reacțiile noastre fizice duc la agravarea situațiilor de conflict.

Uneori, ne folosim conștient de reacțiile noastre fizice pentru a-i influența pe ceilalți. De exemplu, un elev ridică vocea pentru a-și speria și pentru a-și influența colegii de clasă, iar un

### *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Această activitate cere elevilor să se gîndească la reacții de ordin fizic în situații de conflict. Ei vor fi mai productivi, mai realiști și se vor simți mai bine dacă veți realiza înainte o activitate de încălzire (vezi Anexa II).

Explicați elevilor că răspunsurile de ordin fizic la situațiile de conflict includ atît reacțiile fiziologice, ca transpirația, cît și reacțiile fizice conștiente, precum fuga.

Aveți grijă ca elevii să înțeleagă cum să completeze Fișa de lucru „Inima mea care bate“.

părinte care se ceartă cu copilul său devine brusc tăcut, amenințîndu-l pe copil mai ales din priviri.

Alteori, ne ascundem adevăratele sentimente. În astfel de împrejurări, deși s-ar putea ca inimile noastre să bată foarte tare și mîinile să ne tremure, ne prefacem că nu ne este frică: încercăm să părem „tari", nu „slabi".

Iată cîteva exemple despre cum reacționăm fizic în situații de conflict:

* vorbim tot mai tare
* transpirăm
* tremurăm
* fugim
* vorbim mai repede
* respirăm mai repede
* ne strîngem mîinile pumn
* roșim sau pălim
* batem din degete sau din picioare
* inima noastră bate mai repede
* plîngem
* vorbim extrem de calm
* nu vorbim deloc
* strîngem din dinți
* facem grimase.

## *MATERIALE*

Fișele de lucru ale elevilor „Inima mea care bate" și „Nu-mi spune așa ceva!", hîrtie, creioane, tablă și cretă (sau coli mari și markere)

## *ACTIVITATE*

1. Împărțiți elevii în grupe de cîte șase.
2. Explicați-le că în situații de conflict acționăm, vorbim și simțim altfel decît în situații normale. De exemplu, se poate întîmpla să țipăm la un prieten, în loc să vorbim pe un ton moderat.
3. Spuneți-le elevilor că vor avea la dispoziție 10 minute pentru a nota cît se poate de multe reacții fizice în situații de conflict. Dacă au dificultăți în realizarea acestei sarcini, cereți-le să-și reamintească situații de conflict în care au fost implicați recent și felul în care au reacționat corpurile lor în timpul unor astfel de incidente.
4. Elevii din fiecare grupă urmează să comunice celorlalți din clasă exemplele de răspunsuri de ordin fizic în situații de conflict. Un elev va scrie pe tablă toate aceste sugestii. Puteți să adăugați, dacă este nevoie, cîteva din exemplele date mai sus, în cadrul informațiilor preliminare.
5. Împărțiți elevilor Fișa de lucru „Inima mea care bate". Elevii trebuie să completeze pe fișa de lucru (în prima coloană) lista reacțiilor fizice în situații de conflict.
6. Împărțiți acum elevilor Fișa de lucru „Nu-mi spune așa ceva!" și cereți elevilor să o completeze. (Pentru a-i ajuta pe elevi să se simtă în largul lor cînd răspund la întrebări, spuneți-le să NU-și scrie numele pe fișă. În acest caz, nu va fi nevoie să-și împărtășească cu ceilalți răspunsurile.)
7. Purtați o discuție cu elevii (vezi Întrebările pentru discuții).
8. Fișa de lucru „Inima mea care bate" poate fi folosită fie în cadrul activității din clasă, fie ca temă de casă. Cereți elevilor să-i întrebe pe patru dintre colegii lor de clasă cum reacționează fizic în situații de conflict. Țipă? Folosesc un limbaj urît? Devin extrem de tăcuți? Elevii urmează să bifeze în căsuța corespunzătoare răspunsurilor lor.
9. După ce elevii au completat Fișa de lucru „Inima mea care bate", realizați o discuție despre căile variate prin care oamenii răspund la conflicte. De asemenea, discutați despre felul în care reacțiile fizice ale elevilor contribuie la intensificarea conflictelor. De exemplu, cînd un elev ridică vocea, celălalt strigă mai tare. Escaladarea conflictelor duce adeseori la violență.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Cum influențează sentimentele voastre felul în care acționați?
* Să presupunem că doi elevi, Iulian și Matei, se ceartă într-un parc din cartier. Iulian vrea să plece și să cumpere înghețată, iar Matei vrea să rămînă în parc și să joace fotbal. Iulian strigă la Matei și-i aruncă o privire furioasă. Cum ar putea răspunde Matei? Cum i-ar putea răspunde Iulian lui Matei?
* Cum reacționează băieții în situații de conflict? Cum reacționează fetele în situații de conflict?
* De ce credeți că există/că nu există diferențe între cum reacționează băieții și cum reacționează fetele în situații de conflict?
* Credeți că există diferențe între cum reacționează mamele și tații în situații de conflict? De ce da sau de ce nu?
* Ce este mai de folos în rezolvarea celor mai multe dintre conflicte: FURIA sau CALMUL/RĂBDAREA? De ce? (Elevii trebuie să înțeleagă că furia este naturală și admisibilă. Rolul furiei într-o situație de conflict ține mai mult de cum și spre ce o canalizăm.)

## *INIMA MEA CARE BATE*

### *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

**Indicații**: Completați în coloana 1 lista reacțiilor fizice în situații de conflict. Întrebați-i pe patru dintre colegii voștri cum reacționează în situații de conflict. Bifați în căsuța corespunzătoare răspunsurile acestora.

| **Reacții fizice în situații de conflict** | **Elevul #1** | **Elevul #2** | **Elevul #3** | **Elevul #4** |
|---|---|---|---|---|
| 1. | | | | |
| 2. | | | | |
| 3. | | | | |
| 4. | | | | |
| 5. | | | | |
| 6. | | | | |
| 7. | | | | |
| 8. | | | | |
| 9. | | | | |
| 10. | | | | |

## *NU-MI SPUNE AȘA CEVA!*

### *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

**Indicații**: Răspundeți sincer și complet la întrebările următoare:

1. Notați trei lucruri pe care cineva vi le-ar putea **spune** astfel încît să deveniți îndeajuns de furios/ furioasă ca să începeți o ceartă.
   1)
   2)
   3)

2. Notați trei lucruri pe care cineva vi le-ar putea **face** astfel încît să deveniți îndeajuns de furios/ furioasă ca să începeți o ceartă.
   1)
   2)
   3)

3. Cum mă comport cînd sunt extrem de furios/furioasă?

4. Notați trei lucruri pe care ați putea să le **spuneți** dumneavostră altcuiva astfel încît acesta/aceasta să devină îndeajuns de furios/furioasă pentru a începe o ceartă.
   1)
   2)
   3)

5. Notați trei lucruri pe care ați putea să le **faceți** cuiva astfel încît acesta/aceasta să devină îndeajuns de furios/furioasă pentru a începe o ceartă.
   1)
   2)
   3)

6. Cum *vă* simțiți cînd cineva care se ceartă cu voi este extrem de furios?

## *MINTE ŞI INIMĂ*
## *(Pasul 2 pentru „Urcînd pe scară“)*

### *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecţii, elevii vor fi capabili să distingă între atitudini, sentimente şi comportamente.

### *CONCEPTE-CHEIE*

Atitudini
Comportamente
Analiza conflictelor
Sentimente

### *INFORMAŢII PRELIMINARE*

Gîndiţi-vă la ultima ceartă pe care aţi avut-o. Cum aţi abordat acest conflict? Ce aţi simţit? Ce aţi gîndit?

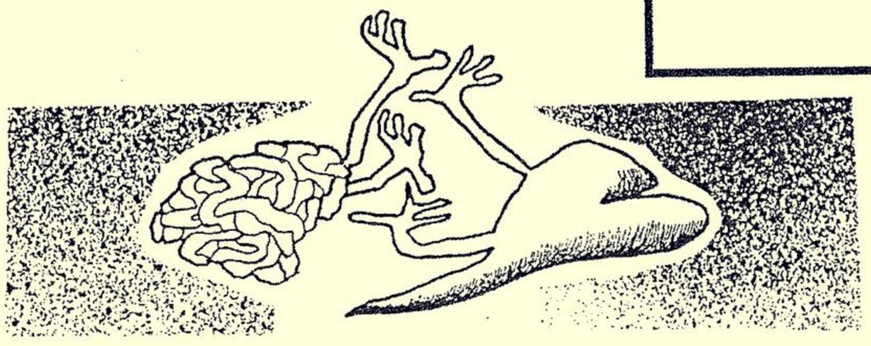
Modul în care acţionăm este în mare parte un produs a ceea ce simţim şi a ceea ce gîndim. De aceea, cînd suntem implicaţi într-un conflict şi vrem să-l soluţionăm în mod productiv, trebuie să fim conştienţi de sentimentele şi de gîndurile noastre. Vorbind figurat, trebuie să încercăm să distingem între ceea ce este în inima şi ceea ce este în mintea noastră.

Dîndu-ne seama mai bine de ceea ce se află în inima şi în mintea noastră, suntem obligaţi să devenim mai atenţi la ceea ce se află în minţile şi în inimile altor oameni. O înţelegere reciprocă a gîndurilor şi a sentimentelor noastre contribuie adeseori la acceptarea noastră reciprocă. *Odată ce am înţeles cum gîndesc şi ce simt oamenii implicaţi într-un conflict, este mult mai uşor să înţelegem de ce se comportă ei într-un anumit fel. Oamenii acţionează diferit, în funcţie de ceea ce gîndesc şi de ceea ce simt.*

### *INDICAŢII PENTRU PROFESORI*

Înainte de realizarea acestei lecţii, este bine să organizaţi o activitate de încălzire (vezi Anexa I), care să-i ajute pe elevi să se simtă în largul lor, lucrînd în grupe mici.

În cazul în care relataţi povestea Laurei (din Informaţiile preliminare), este bine să scoateţi în evidenţă faptul că acesta este exemplul unei persoane care decide că este important să păstrăm o relaţie. Relaţia Laurei cu mama ei a fost pentru ea mult mai importantă decît să „facă ce vrea“.





Următorul exemplu are rolul de a ilustra cît de important este să fim conştienţi de felul în care gîndim şi de ce simţim:

> O fetiţă, Laura, era furioasă pe mama ei. Laura dorea să se joace afară, dar mama ei i-a cerut să-şi facă mai întîi curat în cameră. În mod obişnuit, Laura ar fi ţipat la mama, fiind furioasă pe ea. Dar astăzi, înainte de a ţipa, Laura a încercat să deosebească între sentimente şi gînduri. Ea simţea pur şi simplu că este extrem de furioasă pe mama ei şi că se simte frustrată. Gîndurile ei se îndreptau spre joaca de afară. Dar ce simţea oare mama ei? Laura şi-a dat seama că mama ei nu dorea decît ca ea să locuiască într-o cameră curată şi ordonată. În loc să ridice vocea la mama ei, Laura s-a gîndit să-i spună acesteia cu calm ce simte. Mama a înţeles-o. Mîndră că Laura n-a ridicat vocea, mama a ajutat-o pe fetiţa ei să-şi facă curat în cameră, după care aceasta a plecat afară să se joace.

În povestirea despre Laura, este clar cum putem să ne folosim de ceea ce este în mintea şi în inima noastră pentru a rezolva în mod constructiv un conflict.

### *MATERIALE*

Fişele de activitate ale elevilor „Ce ai face tu?“ şi „A gîndi şi a simţi“

### *ACTIVITATE*

1. Împărţiţi elevii în grupe de cîte 4 sau 6, dînd fiecărei grupe cîte o Fişă de lucru „Ce ai face tu?“ şi cîte o Fişă „A gîndi şi a simţi“.
2. Un elev/ elevă citeşte cu voce tare prima situaţie din Fişa de lucru „Ce ai face tu?“. Fiecare elev/ o elevă îşi închipuie ce ar face în acea situaţie.
3. Fiecare grupă urmează să discute: 1) despre ce situaţie dificilă este vorba, 2) ce gîndeşte oare personajul principal şi 3) ce simte oare personajul principal.
4. În fiecare grupă, unul dintre membri notează gîndurile elevilor pe Fişa „A gîndi şi a simţi“.
5. Grupele reiau întregul proces (paşii 2-4) pentru următoarele trei situaţii.
6. După ce toată lumea a completat Fişa de lucru a elevilor „A gîndi şi a simţi“, fiecare grupă prezintă clasei răspunsurile date pentru diferite situaţii.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUŢII

* Credeţi că în realitate fiecare dintre elevi s-ar comporta în acelaşi fel în fiecare dintre situaţiile descrise pe fişa de lucru? De ce nu?
* Noi avem cu toţii gînduri şi sentimente unice. Ne comportăm diferit în funcţie de ce simţim şi de cum gîndim. De exemplu, dacă cineva loveşte un băiat în timpul unui meci de fotbal, cum va reacţiona oare acesta dacă s-ar gîndi că a fost lovit intenţionat? Cum credeţi că s-ar purta băiatul dacă s-ar gîndi că a fost lovit accidental?
* Unii elevi cred că ori de cîte ori cineva îi răneşte, o face în mod intenţionat. Este acest lucru adevărat? De ce nu? Puteţi da exemple de situaţii în care aţi crezut că cineva v-a rănit intenţionat, dar v-aţi dat seama mai tîrziu că a fost vorba de un accident?
* Ce diferenţă există între un sentiment şi un gînd?
* Cînd copiii se ceartă cu părinţii, ce anume influenţează în mai mare măsură felul în care ei se comportă: sentimentele lor sau gîndurile lor? De ce?
* Ce emoţii vă încearcă într-o situaţie de conflict?
* Ce gînduri vă vin cînd vă aflaţi într-o situaţie de conflict?
* De ce este important să fim conştienţi de sentimentele şi de gîndurile noastre?

### ACTIVITATE SUPLIMENTARĂ

Elevii pot realiza jocuri de rol referitoare la diferitele situaţii prezentate şi pot interpreta rezolvări cu succes ale conflictelor.

## *CE AI FACE TU?*

### *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

**Indicații:** Citiți pe rînd următoarele situații. Discutați apoi fiecare situație cu ceilalți elevi din grupa voastră. Notați ideile care apar în grupa voastră fie în spațiul pus la dispoziție, fie pe o foaie separată.

1. Adeseori elevii mai mari îl tachinează pe Petre fără motiv. Uneori chiar strigă la el. Petre nu poate să înțeleagă de ce se leagă cei mari întotdeauna de el și nu de alții. Dacă un alt elev se uită la el pe coridoarele școlii, Petre începe să tremure, transpiră și se simte furios. Astăzi, un elev mai mare a trecut pe lîngă el și l-a tachinat. Petre s-a simțit mai furios și mai amărît decît în alte dăți. **Închipuiți-vă cum ar putea Petre să reacționeze astăzi față de elevul mai mare?**

2. Un grup de copii joacă handbal. Imediat după ce Margareta a înscris un gol, Sandu o lovește în picior. **Ce credeți că a gîndit Margareta în momentul în care a fost lovită?**

3. Emil și Teodor nu se suferă, deoarece amîndurora le place de Sanda. Astăzi, profesorul de fizică i-a pus să lucreze împreună în cadrul unui proiect, obligîndu-i să petreacă mult timp împreună. **Cum credeți că se vor purta cei doi? Gîndiți-vă la mai multe posibilități.**

4. Maria este o elevă bună, dar astăzi profesorul i-a tras o palmă. **Ce credeți că l-a determinat pe profesor să se poarte astfel? Ce credeți că a gîndit și a simțit profesorul? Ce credeți că a gîndit și a simțit Maria după ce a fost pălmuită?**

## *A GÎNDI ȘI A SIMȚI*

### *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

| Situația | Cum gîndești? | Ce simți? |
|---|---|---|
| 1. | | |
| 2. | | |
| 3. | | |
| 4. | | |

## *DESPRE SENTIMENTELE OAMENILOR ÎN SITUAȚII DE CONFLICT*
## *(Pasul 2 pentru „Urcînd pe scară")*

### *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să recunoască ce rol joacă sentimentele într-o situație de conflict;
2. să descrie legăturile dintre sentimente și comportamente;
3. să identifice ce sentimente au oamenii în situații de conflict.

### *CONCEPTE-CHEIE*

Comportamente
Analiza conflictelor
Sentimente

### *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Cînd ne aflăm într-o situație de conflict, simțim emoții foarte puternice, precum furie, ușurare, satisfacție și frustrare. Cu toate acestea, încercăm doar foarte puțin să identificăm sau să exprimăm aceste sentimente. Dorim mai curînd să le ținem în noi.

Este de asemenea greu să ne dăm seama ce simt alții într-o situație de conflict. De fapt, uităm uneori că și alte persoane au reacții emoționale. În consecință, cei aflați în conflict se simt adeseori neînțeleși și ignoranți în ceea ce privește sentimentele celorlalți.

Această activitate îi ajută pe elevi să-și dea seama ce sentimente pot să ia naștere în situații de conflict.

### *MATERIALE*

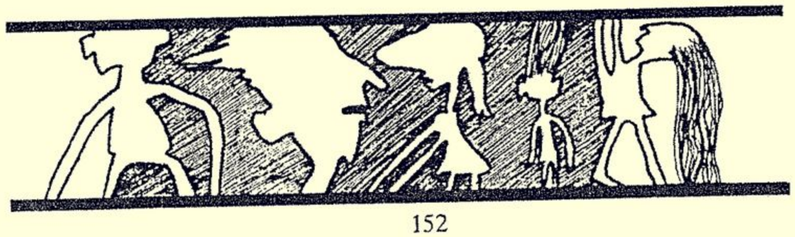
Articole din ziare sau din reviste. Acestea trebuie să se refere la situații de conflict (de la conflicte în familie pînă la conflicte între țări). Articolele trebuie să fie decupate astfel încît elevii să le poată citi individual și să le treacă de la unul la celălalt. Aceste articole pot fi găsite de dumneavoastră sau aduse de către elevi.

**NOTĂ:** Dacă nu aveți la dispoziție articole, gîndiți-vă la o carte avînd ca intrigă o situație de conflict. La sfîrșitul descrierii acestei activități sunt prezentate indicații pentru realizarea ei în lipsa articolelor.

### *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Este bine să realizați mai întîi activitatea „Mă simt/Sunt...". Chiar dacă alegeți să începeți direct activitatea din cadrul acestei lecții, puteți folosi activitatea „Mă simt/Sunt..." ca demers de întărire.

Dacă aveți la dispoziție articole din ziare, este posibil să realizați cu succes activitatea chiar în condițiile în care elevii sunt împărțiți în grupe mai mari de trei.





### *ACTIVITATE*

1. Articolele din reviste și ziare urmează să fie aduse de dumneavoastră sau de către elevi. Decupați articole care relatează despre conflicte. Dacă este posibil, încercați să obțineți articole care ilustrează situații de conflict diferite, de la conflicte în familie pînă la conflicte politice.
2. Împărțiți elevii în grupe de cîte trei, avînd grijă ca fiecare grupă să aibă la dispoziție un articol despre conflicte.
3. Cereți cîte unui elev în fiecare grupă să citească cu voce tare articolul respectiv.
4. Dați indicații grupei să stabilească despre ce conflict este vorba în articol.
5. Cereți apoi elevilor să încerce să identifice ce sentimente încearcă persoanele aflate în situația de conflict. De exemplu, dacă este vorba de doi soți care țipă unul la celălalt, elevii vor putea identifica sentimente precum furia sau frustrarea.
6. Cereți fiecărei grupe să vină în fața clasei și să arate celorlalți elevi articolele lor. Fiecare grupă urmează să explice conflictul prezentat și să vorbească despre sentimentele oamenilor implicați în acesta.
7. Iată ce aveți de făcut în cazul în care nu dispuneți de articole din presă: Relatați elevilor un conflict prezentat într-o operă literară. Explicați elevilor cum se poartă fiecare dintre personajele povestirii. Împărțiți elevii în grupe mici și cereți-le să identifice și să analizeze cîteva din sentimentele personajelor respective. La sfîrșit, cereți fiecărei grupe să vină în fața clasei și să explice 1) ce sentimente au identificat și 2) de ce au presupus că personajele respective au aceste sentimente.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Cum știm că o altă persoană este supărată pe noi? Cum știm că o altă persoană ne simpatizează? Cum putem să spunem ce simte o altă persoană față de noi?
* Oamenii își exprimă sentimentele în același fel? De exemplu, cînd sunteți furioși, vă purtați la fel ca prietenii voștri cînd sunt furioși?
* Este întotdeauna posibil să ne controlăm sentimentele într-o situație de conflict? Ce trebuie să facem în cazul în care nu ne controlăm sentimentele?
* Cereți elevilor să se gîndească la un conflict anume din viața lor în timpul căruia și-au pierdut sau era cît pe ce să-și piardă controlul asupra propriilor sentimente. Dacă ar avea de făcut față din nou unei astfel de situații, cum și-ar putea controla sentimentele într-un mod mai eficient?

## *A NE PUNE ÎN PIELEA ALTCUIVA**
## *(Pasul 2 pentru „Urcînd pe scară")*

### *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să explice ce este empatia;
2. să argumenteze importanța empatiei în situații de conflict.

### *CONCEPTE-CHEIE*

Empatie
Sentimente

### *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Este important ca într-o situație de conflict să ne analizăm propriile emoții. Trebuie să ne întrebăm: „Ce simt?" și „De ce?". De asemenea, este important să ne întrebăm: „Ce simte oare cealaltă persoană?" și „De ce?". Cu alte cuvinte, este necesar să empatizăm cu cealaltă persoană, să intrăm, metaforic vorbind, „în pielea acesteia" și să încercăm să înțelegem cum se simte ea într-o situație de conflict.

### *MATERIALE*

Un spațiu liber în cadrul încăperii

### *ACTIVITATE*

1. Cereți elevilor să formeze un cerc mare.
2. Cereți elevilor să-și scoată pantofii și să-i așeze într-o grămadă în mijlocul cercului.
3. Cereți elevilor să aleagă din grămadă doi pantofi (un stîng și un drept) care nu le aparțin. Aveți grijă ca cei doi pantofi, stîngul și dreptul, să aparțină unor persoane *diferite*.

* „Whose shoes?", în limba engleză. „A ne pune în pielea altuia", ca proces de empatizare cu altcineva, are în limba engleză echivalentul, în traducere mot à mot, de „A încălța pantofii altcuiva".

### *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Această activitate amuzantă urmărește un obiectiv extrem de important.

Cînd realizați activitatea, aveți grijă ca elevii să aleagă pantofii a două persoane diferite.

În timpul discuțiilor, subliniați importanța confidențialității. Această activitate se leagă foarte bine de activitatea „Oglinda", prin intermediul căreia este scoasă în evidență importanța cuvintelor care exprimă sentimente.

4. Cereți elevilor să-și pună cei doi pantofi, avînd grijă să nu-i strice. (De regulă, este extrem de amuzant cînd elevii încearcă să-și pună pantofii altora, mai ales pentru că mărimile acestora variază foarte mult.)
5. Dați indicații elevilor să-i găsească fiecare pe ceilalți doi elevi care poartă perechile pantofilor pe care ei i-au încălțat. Elevii urmează să formeze un cerc, stînd unul lîngă altul, astfel încît fiecare pantof stîng să stea direct lîngă perechea lui dreaptă. La sfîrșit, urmează să existe un singur cerc de pantofi care se potrivesc. Este posibil ca, din cauza mărimii diferite, pentru unii elevi să fie dificil să încalțe pantofii altora, dar, de regulă, activitatea se poate desfășura fără probleme deosebite. Uneori se pot forma două sau mai multe cercuri.
6. Cereți fiecărui elev să-și încalțe din nou pantofii personali.
7. Explicați elevilor că într-o situație de conflict trebuie să fim atenți nu doar la *sentimentele proprii*, ci și *la sentimentele celorlalte persoane*. Trebuie să fim capabili de empatie, încercînd să ne punem în pielea celorlalți (sau să încălțăm pantofii altora, ca în activitatea desfășurată), încercînd să înțelegem ce simt aceștia.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Ce se înțelege prin empatie? De ce este ea folositoare într-o situație de conflict?

* Cereți elevilor să relateze situații obișnuite de conflict pe care le-au trăit ei sau prietenii lor. Cereți-le să arate ce a simțit oare fiecare persoană implicată în acel conflict.

## *STICLA DE LAPTE*
## *(Pasul 3 pentru „Urcînd pe scară“)*

### *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să explice ce înseamnă să-ți argumentezi propria poziție;
2. să arate ce sunt interesele de bază ale cuiva;
3. să clarifice ce interese de bază au oamenii în diferite situații de conflict.

### *CONCEPTE-CHEIE*

Analiza conflictelor
Argumentarea propriei poziții
Conflicte între rude
Interese de bază

### *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Această lecție este una dintre cele mai importante din seria celor care îi ajută pe elevi să înțeleagă cum să facă față conflictelor, astfel încît să țină seama de propriile lor nevoi fundamentale.

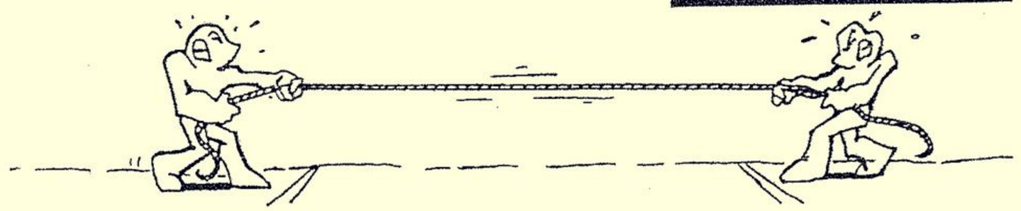
În majoritatea conflictelor, oamenii au atitudini diferite. „Aceasta este poziția mea“ — spune una dintre persoane. „Și aceasta este poziția mea“ — spune cealaltă persoană. De regulă, astfel de conflicte de atitudini sunt greu de rezolvat, deoarece nici una dintre părți nu vrea să renunțe la propria poziție. În plus, nu pot fi satisfăcute, de regulă, pozițiile amîndurora în mod egal. Mai departe, oricare ar fi persoana gata să realizeze un compromis, ea se simte stînjenită, rușinată și nu e atît de tare pe poziție ca cealaltă persoană.

Un mod eficient de rezolvare a conflictelor constă în a cere părților să cerceteze care sunt interesele lor fundamentale. În cele mai multe conflicte, pozițiile pe care se situează părțile sunt incompatibile. Dar, de regulă, oamenii au interese de bază care pot fi satisfăcute. De aceea, cînd încercăm să rezolvăm conflicte, trebuie să ne gîndim la interesele de bază ale celor implicați. Dacă părțile lucrează în echipă, ele ar putea să identifice căi prin intermediul cărora ar putea fi satisfăcute interesele de bază ale fiecăruia.

Activitatea care urmează demonstrează în mod clar de ce este folositor să ne investigăm interesele de bază.

### *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Această activitate abordează una dintre cele mai importante idei legate de arta de a face față conflictelor. Aveți grijă ca elevii să înțeleagă diferența dintre a-ți argumenta propria poziție și a încerca să-ți satisfaci interesele cu adevărat importante. S-ar putea să fie necesar să realizați mai multe lecții, folosind jocul de rol pentru a sugera situații de conflict diferite și căi de rezolvare a acestora prin abordarea intereselor de bază. Elevii ar putea interpreta în fața clasei diferite situații de conflict, iar dumneavoastră și ceilalți copii puteți discuta care a fost atitudinea fiecărei persoane implicate și ce interese de bază au existat.





### *MATERIALE*

Fișa de lucru a elevilor „Sticla de lapte“, creioane

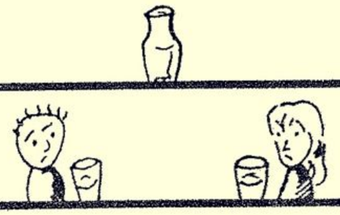
### *ACTIVITATE*

1. Împărțiți elevilor Fișa de lucru „Sticla de lapte“ și citiți-o împreună cu ei.
2. Discutați cu elevii despre ce atitudini și despre ce interese cu adevărat importante este vorba.
3. Cereți elevilor să completeze în mod individual întrebările din partea de jos a fișei de lucru.
4. Discutați cu elevii răspunsurile pe care le-au dat pe fișa de lucru, clarificînd diferența dintre a ne argumenta propria poziție și a căuta să ne satisfacem interesele de bază. De exemplu, în povestire, poziția fetei este aceea că ea vrea sticla de lapte. Interesul ei de bază (dorința ei adevărată) a fost acela de a avea sticla cu ea în timpul preumblării.
5. Cereți elevilor să formeze perechi.
6. Fiecare pereche va interpreta un joc de rol despre un conflict obișnuit și despre cum poate fi rezolvat acesta dacă oamenii implicați au în vedere interesele lor de bază.
7. Cereți unor voluntari să prezinte în fața clasei aceste jocuri de rol. După fiecare interpretare, discutați cu clasa care au fost pozițiile exprimate de persoanele respective și despre ce interese de fond a fost vorba.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Ce înseamnă să-ți exprimi o poziție? Ce exemplu poate fi dat pentru o ceartă în care fiecare elev își exprimă o anumită poziție?
* Ce este un interes de bază? Descrieți un conflict pe care elevii încearcă să-l rezolve cercetînd care sunt interesele lor de bază.

## *STICLA DE LAPTE*



### *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

**STICLA**

Un frate și o soră stăteau la masa din bucătărie. În mijlocul mesei era o sticlă de lapte.

„Vreau sticla de lapte" — strigă băiatul! El apucă sticla.

„Vreau sticla de lapte" — țipă fata. Ea smulse fratelui sticla din mînă.

„Hei, dă-mi sticla înapoi" — strigă băiatul.

„Nu, o vreau eu!" — țipă fata.

Mama copiilor intră în bucătărie. „Am obosit tot auzind cum vă certați" — spuse ea. Luîndu-i fetei sticla, a adus două pahare și a turnat în ele lapte pentru fiecare. Apoi a pus sticla de lapte afară, pentru ca lăptarul să o poată umple a doua zi dimineața.

Fratele și sora s-au privit unul pe altul. Nici unul dintre ei nu era mulțumit, deoarece nici unul nu a obținut ce a dorit. Fratele avea nevoie de sticla de lapte pentru a hrăni pisica vecinilor. Sora dorea și ea aceeași sticlă: ea pleca într-o drumeție cu prietenii ei și avea nevoie de sticlă ca s-o umple cu apă.

Amîndoi și-au băut laptele nu prea bucuroși.

**ÎNTREBĂRI**

1. Care a fost poziția fetei în timpul acestei certe?
2. Ce a dorit fata cu adevărat?
3. Care a fost poziția băiatului în timpul acestei certe?
4. Ce a dorit băiatul cu adevărat?
5. Cum a rezolvat mama conflictul dintre cei doi copii?
6. Ce ar fi putut să-i întrebe mama pe copii în așa fel încît interesele lor de bază să fi fost luate în seamă?
7. Cum ar fi putut cei doi frați să-și rezolve conflictul fără intervenția mamei lor?



## *DE CE AM NEVOIE?*
## *(Pasul 3 pentru „Urcînd pe scară")*

### *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili să determine care le sunt prioritățile în ceea ce privește nevoile și dorințele lor.

### *CONCEPTE-CHEIE*

Analiza conflictelor
Nevoi/Dorințe
Valori

### *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Avem cu toții nevoi și dorințe. Nevoile noastre sunt acele lucruri fără de care nu am putea trăi. De exemplu, nu am putea trăi fără aer, adăpost, hrană, apă sau îmbrăcăminte. Avem, de asemenea, nevoi de ordin psihologic, ca nevoia de a fi în relații cu ceilalți, de a fi iubiți și de a ne distra. [1] Pe de altă parte, deși se pare că dorințele noastre sunt absolut necesare pentru a supraviețui, ele au de-a face, de regulă, mai curînd cu ceea ce se numește calitatea vieții. De exemplu, s-ar putea ca cineva să dorească să locuiască într-un apartament foarte spațios. Se pune atunci întrebarea dacă avem nevoie de un apartament spațios ca să supraviețuim. Probabil că nu.

În cazul în care elevilor le este greu să distingă între nevoi și dorințe, se poate întîmpla să apară conflicte. Adeseori, aceste conflicte sunt legate de valori, de moduri de acțiune sau de priorități. De exemplu, un elev s-ar putea afla în situația de a nu ști ce să aleagă între a fura bani pentru a cumpăra de mîncare și a ține seama de valorile morale religioase (care ar putea să condamne furtul ca păcat). Activitatea de față, precum și activitatea precedentă, „Rădăcinile conflictelor", contribuie la clarificarea deosebirilor care există între nevoi și dorințe.

### *MATERIALE*

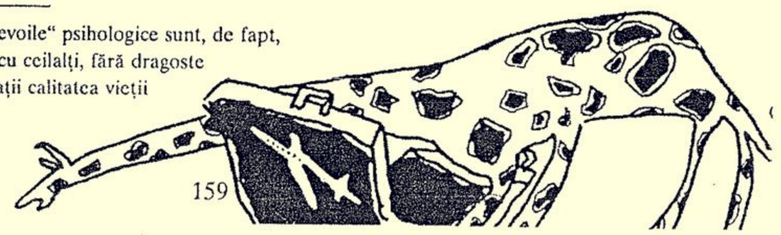
Hîrtie, creioane, tablă și cretă (sau coli mari de hîrtie și creioane), mult spațiu pentru mișcare.

### *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Pentru unii elevi, s-ar putea să fie greu să se gîndească la zece lucruri importante. Încurajați-i să se gîndească la toate aspectele vieții lor. Pentru a-i ajuta să se gîndească la anumite lucruri, puteți să-i întrebați de ce au nevoie ca să trăiască, ca să fie fericiți, să se simtă bine ș.a.m.d.

Este posibil ca în timpul acestei activități să apară controverse puternice. De exemplu, unii elevi ar putea să definească banii ca pe o dorință, în timp ce alții să-i caracterizeze ca pe o nevoie; unii elevi vor defini banii, probabil, în ambele sensuri. Subliniați că deosebirile de păreri nu reprezintă ceva rău atîta vreme cît nu dispare respectul arătat tuturor părerilor.

[1] Poate fi invocat, desigur, că „nevoile" psihologice sunt, de fapt, dorințe. Putem trăi fără a fi în relații cu ceilalți, fără dragoste și fără amuzament, deși în aceste situații calitatea vieții ar fi extrem de scăzută.



## *ACTIVITATE*

1. Amintiți-le elevilor că luăm zilnic decizii despre ce este important pentru noi. Unele dintre aceste decizii sunt ușor de luat, ca, de exemplu, cum să ne îmbrăcăm cînd mergem la școală. Alte decizii sunt mai serioase și mai complexe, ca, de exemplu, cea de a chiuli de la școală, fără a spune cuiva.
2. Cereți elevilor să facă pe foile lor de hîrtie o listă cu toate lucrurile importante pentru ei. Spuneți-le că urmează să menționeze cel puțin zece astfel de lucruri. Pentru a lămuri elevii, puteți să le oferiți un exemplu personal. Ați putea să le spuneți, de pildă, că pentru dumneavoastră familia este un lucru important în viață. Puteți adăuga și alte exemple, ca banii sau aerul.
3. După ce elevii vor fi completat lista, cereți-le să prezinte clasei acele lucruri care sunt importante pentru ei. Subliniați faptul că gîndurile fiecăruia sunt importante și valoroase. Scrieți pe tablă exemplele date de către fiecare elev.
4. Explicați elevilor deosebirea dintre o nevoie și o dorință (vezi Informațiile preliminare).
5. Cereți elevilor să formeze un cerc mare. Spuneți-le că veți citi pe rînd ideile scrise pe tablă. De fiecare dată, elevii vor trebui să se gîndească dacă este vorba despre o dorință sau despre o nevoie. Dacă cred că este vorba despre o nevoie, se vor deplasa spre partea dreaptă a încăperii. Dacă cred că este vorba despre o dorință, se vor deplasa spre partea stîngă a încăperii.
6. S-ar putea ca elevii să aibă păreri diferite cînd decid că un anumit lucru important este o dorință sau o nevoie. Puteți stimula o discuție despre aceste deosebiri cerînd elevilor din fiecare parte a încăperii, dreaptă sau stîngă, să argumenteze de ce cred că este vorba mai curînd de o nevoie sau mai curînd de o dorință.
7. După citirea tuturor exemplelor de pe tablă, elevii se pot întoarce la locurile lor.

## ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Ce deosebiri există între nevoi și dorințe?
* De ce este important să ținem seama de nevoile altor oameni în timpul unui conflict?
* Cereți elevilor să descrie conflicte legate de nevoi și conflicte legate de dorințe.
* Discutați cu elevii despre un lucru extrem de important: BANII. Banii sunt o nevoie sau o dorință? De ce?
* Ce legătură există între dorințe/nevoi și violență?



# *NAVA COSMICĂ*
## *(Pasul 3 pentru „Urcînd pe scară")*

## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să facă o listă de priorități în ceea ce privește nevoile;
2. să evalueze opțiunile lor;
3. să identifice cinci lucruri pe care le apreciază ca fiind cele mai importante în viața lor.

## *CONCEPTE-CHEIE*

A lua decizii
Nevoi/ Dorințe
Înțelegerea propriei persoane
Valori

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

În situații de conflict, elevii sunt confruntați cu numeroase decizii. Ei trebuie să determine care sunt, de fapt, nevoile lor și ce doresc mai curînd. Să presupunem că George locuiește la trei kilometri de locul lui de muncă. Ar trebui să fure o bicicletă pentru a merge în fiecare dimineață la lucru? Are el nevoie de bicicletă, sau doar o vrea?

Elevii pot fi ajutați să ia decizii înțelepte dacă învață cum să-și stabilească prioritățile în ceea ce privește nevoile și dorințele lor. Ei au mai multe șanse de a face față cu bine unui conflict dacă știu exact ce nevoi au și ce-și doresc.

## *MATERIALE*

Fișa de lucru a elevilor „Nava cosmică"

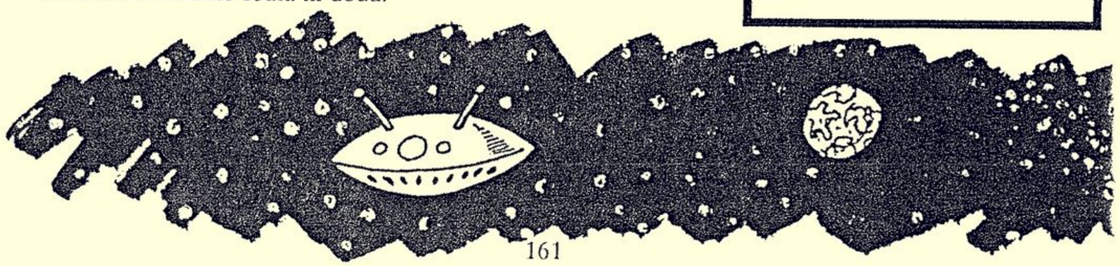
## *ACTIVITATE*

1. Cereți elevilor să citească și să completeze Fișa de lucru „Nava cosmică". Spuneți-le că după completarea fișei ei urmează să îndoaie foaia în două.

## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Este în regulă dacă un elev nu vrea să prezinte clasei ce a adus.

Această activitate ar putea să conducă la o discuție despre refugiații în situații de război. Refugiații își părăsesc casele luînd cu ei de multe ori doar hainele cu care sunt îmbrăcați. Puteți să-i întrebați pe elevi cum s-ar simți și cum ar proceda dacă ar fi în situația de a-și părăsi locuința — sau chiar țara — pentru totdeauna.



2. După ce fiecare elev a completat fișa (și după ce fișele au fost îndoite în două), spuneți elevilor următoarele:

   „Tatăl vostru intră din nou în fugă în cameră. El vă spune că nava cosmică este mai mică decît a crezut. Nu puteți lua cu voi decît unul dintre lucrurile alese".

3. Cereți elevilor să se uite la lista celor cinci lucruri și să decidă care este cel mai important pentru ei. Acest lucru urmează să fie încercuit.

4. Cereți fiecărui elev să spună clasei ce lucru a adus pe nava cosmică.

## ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Cum ați ales cele cinci lucruri pe care să le luați cu voi?
* Ce ați simțit cînd ați auzit că nu puteți lua decît unul dintre aceste lucruri?
* Cum ați procedat ca să decideți ce lucru să luați cu voi?
* În situații de conflict, ne este uneori greu să luăm decizii. Cum putem să decidem ce este cel mai important pentru noi?

---

Adaptare cu permisiune după Folk, Betsy E. and Myrick, Robert D. Peervention, Educational Media Corporation, Minneapolis, MN, 1991.

# *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

**Citiți povestirea următoare și răspundeți apoi la întrebări.**

## *Nava cosmică*

**Suntem în anul 2000. Astăzi ai terminat deja orele. Ai multe teme și ești obosit. Te duci acasă, mergi în camera ta și ești obosit. Dai drumul radioului și asculți muzică. Sunetul dulce al unei chitare și ritmul lent te adorm. Ești aproape adormit. Deodată, muzica se oprește. La radio, cineva strigă ceva. Te trezești și asculți.**

**Vocea de la radio spune: „În cinci minute vom avea un uragan. Furtuna va fi atît de puternică, încît va distruge totul în țară. Toată lumea trebuie să-și părăsească locuințele și să se refugieze pe Lună. Repede!".**

**Tatăl tău vine în fugă în cameră. E foarte nervos, pentru că vrea să te salveze pe tine și pe ceilalți din familie. Îți spune că familia voastră se va îmbarca pe o navă cosmică, care o va duce pe Lună.**

**Tatăl tău îți spune că poți lua cu tine cinci lucruri (în afară de membrii familiei). Nu contează cît de mici sau cît de mari vor fi aceste lucruri, dar trebuie să ții seama de faptul că orice altceva va fi distrus. Care sunt aceste cinci lucruri pe care ai vrea să le iei cu tine pe nava cosmică?**

**1.**

**2.**

**3.**

**4.**

**5.**

## *DECIZII DIFICILE*
## *(Pasul 3 din „Urcînd pe scară“)*

### *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să explice ce este o dilemă morală;
2. să identifice factorii care ne influențează comportamentul într-o situație de conflict;
3. să recunoască opțiunile multiple pe care le putem face cînd trebuie să decidem cum să ne purtăm într-o situație de conflict.

### *CONCEPTE-CHEIE*

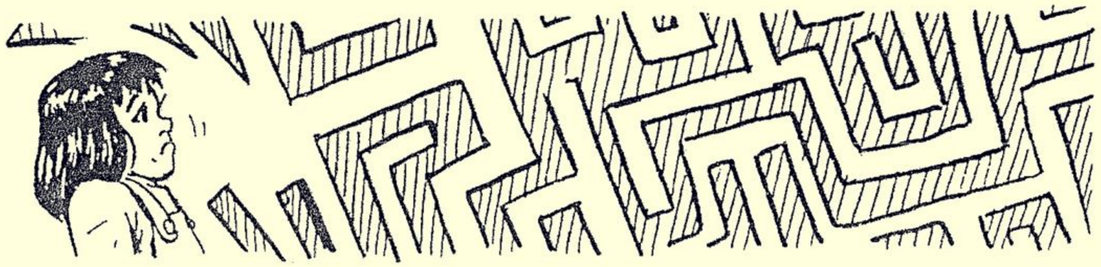
Atitudini
Comportamente
Analiza conflictelor
A lua decizii
Înțelegerea propriei persoane
Valori

### *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Modul în care ne comportăm într-o situație de conflict este influențat de o multitudine de factori. Pentru a rezolva cu succes conflictele, astfel încît relațiile noastre cu ceilalți să poată fi păstrate sau chiar îmbunătățite (și nu distruse), este important să ne dăm seama cum se leagă nevoile și dorințele noastre de felul în care acționăm. De exemplu, pritenii ajung uneori să se certe între ei din cauza unor lucruri minore, fără importanță. Dar cu cît se ceartă mai mult timp, cu atît devin mai furioși. Cînd cearta ia sfîrșit, ei nu se mai consideră prieteni. În astfel de situații, oamenii aflați în conflict uită să ia în seamă cît de mult contează pentru ei prietenia lor. Acest lucru se întîmplă pentru că acțiunile lor sunt controlate de emoții.

### *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Precizați elevilor că nu sunt obligați să prezinte răspunsurile lor celorlalți colegi din grupă dacă au rezerve față de aceasta.



Felul în care ne comportăm este influențat și de societate. Prietenii, rudele și alți oameni din jur ne influențează interacțiunile noastre cu ceilalți. Este posibil ca în situații de conflict să ne fie foarte greu să luăm o decizie.

Deoarece suntem confruntați cu atîtea influențe — societatea, valorile, sentimentele și gîndurile —, suntem adeseori confruntați cu dileme morale (care presupun luarea unor decizii dificile în probleme de viață). De multe ori se întîmplă ca mintea noastră să ne spună ceva, iar inima, valorile noastre și nevoile noastre să ne împingă spre altceva.

Trebuie deci să facem față în multe situații **dilemelor morale**. Suntem nevoiți să alegem între alternative la fel de nedorite, pentru că ar putea să fie în conflict cu valorile și cu credințele noastre despre ce este bine și ce este rău.

Deși nu există nici o cale de a-i face pe copii să ia decizii perfecte în viață, înțelegerea propriei persoane ne permite să luăm decizii mai bine fundamentate.

### *MATERIALE*

Fișa de lucru a elevilor „"Decizii, decizii și iar decizii“, creioane

### *ACTIVITATE*

1. Împărțiți elevilor Fișa de lucru „Decizii, decizii și iar decizii“. Explicați-le ce înseamnă o dilemă morală (vezi Informațiile preliminare).
2. Cereți elevilor să citească fiecare dilemă morală de pe fișă și să noteze ce ar face ei în situațiile respective.
3. Împărțiți elevii în grupe de cîte cinci și cereți-le să-și prezinte răspunsurile la dileme.
4. După ce toți elevii și-au prezentat răspunsurile, purtați o discuție cu întreaga clasă.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Discutați cu elevii fiecare situație. Întrebați-i cum s-au hotărît să se comporte în situațiile respective în felul ales de ei. (Încercați să vă concentrați asupra valorilor pe care elevii le consideră a fi cele mai importante.)
* Există oare în fiecare situație o singură soluție corectă? De ce nu?
* Oamenii acționează întotdeauna cum își propun? De ce nu?
* Cereți elevilor să-și închipuie că sunt în conflict cu cel mai bun prieten al lor. Ce întrebări ați putea pune pentru a afla cum se simte prietenul/ prietena voastră? Ce întrebări puteți să vă puneți vouă înșivă pentru a vă da seama ce simțiți? Cum vă simțiți acum?
* Ce este pentru voi valoros în viață? De ce este important într-o situație de conflict să ne gîndim la ceea ce este valoros pentru noi?
* Uitați-vă la lista realizată în cadrul activității „Nava cosmică“. Acelea sunt lucrurile pe care le prețuiți cel mai mult?

## *DECIZII, DECIZII ȘI IAR DECIZII*

### *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

**Indicații**: O dilemă morală apare cînd suntem confruntați cu o decizie grea de luat. Citiți-le pe fiecare dintre aceste dileme morale și notați cu exactitate ce ați face dacă ați fi în această situație.

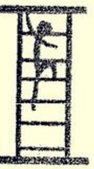
1. Sunteți la piață, cumpărînd fructe pentru familia voastră. Vînzătoarea pune fructele pe cîntar, pentru a vedea cît costă. Observați că ea apasă cu degetul pe cîntar, ceea ce face ca prețul afișat să fie mai mare. Nu sunteți sigur că încearcă să vă înșele. Eu aș...

2. Un coleg de clasă primește cadou de ziua lui un penar nou. La școală, observați cum un alt coleg îi ia penarul și-l pune la el în ghiozdan. Nu știți dacă elevul respectiv îi fură colegului său penarul sau dacă i l-a luat doar în joacă. Eu aș...

3. Familia voastră v-a sfătuit întruna să nu vorbiți cu familia de peste drum. Membrii familiei voastre v-au spus că cealaltă familie este foarte diferită de voi și că membrii ei sunt oameni răi. Astăzi, pe drumul de la școală acasă, băiatul din acea familie vi se adresează. Are lacrimi în ochi și vă întreabă dacă ați fi de acord să-l ajutați în problemele pe care le are cu familia lui. Băiatul vă spune că nu are pe nimeni altcineva cu care să vorbească. Eu aș...

4. Jucați fotbal cu prietenii voștri în curtea școlii. Unul dintre prieteni lovește mingea foarte tare. Mingea zboară spre clădirea școlii și sparge o fereastră. Un profesor se repede afară și întreabă cine a spart geamul. Eu aș...

## *CAPACELE DE STICLĂ*
## *(Pasul 4 pentru „Urcînd pe scară")*



### *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să enunțe cele patru reguli ale metodei brainstorming;
2. să facă uz de această metodă;
3. să folosească brainstorming-ul în timpul situațiilor de conflict.

### *CONCEPTE-CHEIE*

Brainstorming (Furtună în creier)
Analiza conflictelor

### *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Brainstorming-ul este o metodă simplă și eficientă pentru a genera idei. În multe situații de conflict, este posibil să avem impresia că nu există nici o soluție valabilă pentru problema noastră. Este posibil să fim prizonierii unui anumit mod de gîndire. Realizînd însă prin brainstorming o listă de soluții, putem depăși felul nostru tradițional de a gîndi și putem găsi o soluție creativă, reciproc acceptabilă.

Într-un sens larg, brainstorming-ul este o tehnică folositoare pentru a genera idei în legătură cu aproape orice problemă. De exemplu, putem să folosim această metodă pentru a face față deciziilor dificile pe care le avem de luat în viață.

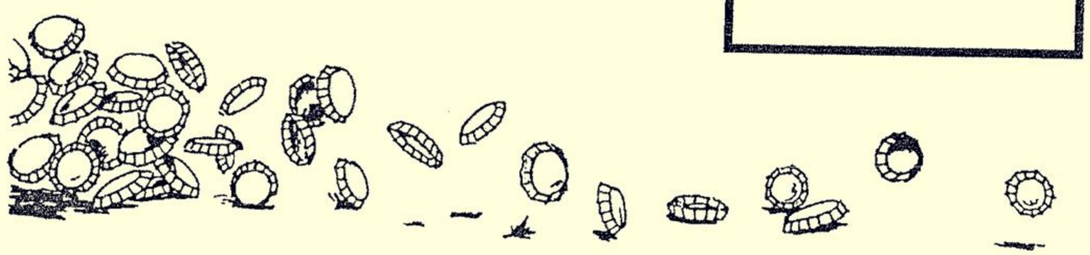
În această activitate sunt descrise orientările concrete pentru brainstorming.

### *MATERIALE*

Fișa de lucru a elevilor „Un milion de capace de sticlă", creioane

### *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Încurajați-i pe elevi să se gîndească la orice idee, indiferent de cît de ciudată ar putea să pară ea. Creați în clasă o atmosferă plăcută, subliniind că toate ideile sunt idei bune.



## *ACTIVITATE*

1. Împărțiți elevilor Fișa de lucru „Capace, capace, capace de sticlă".
2. Explicați elevilor ce înseamnă brainstorming-ul și treceți în revistă cele patru indicații notate pe fișa de lucru.
3. Spuneți elevilor următoarea povestire:

   „Astăzi, directorul școlii m-a anunțat că școala noastră a primit un cadou extrem de neobișnuit. O firmă producătoare de apă minerală ne-a dat un milion de capace de sticlă. Directorul m-a întrebat ce am putea face cu ele, dar i-am răspuns că nu prea știu. De aceea, vom încerca în grupe mici să găsim cît mai multe întrebuințări pentru aceste capace. Școala are nevoie de ajutorul vostru".
4. Împărțiți elevii în grupe de cîte 4 sau 6.
5. Dați indicații elevilor să țină seama de orientările privind brainstorming-ul și să se gîndească la cît mai multe idei despre ce s-ar putea face cu aceste capace de sticlă. Un elev din fiecare grupă înregistrează aceste idei.
6. După 10 minute, cereți fiecărei grupe să-și prezinte ideile colegilor.
7. Spuneți-le elevilor că școala voastră nu a primit, de fapt, aceste capace. Activitatea a fost un pretext pentru a învăța metoda brainstorming.
8. Fiecare grupă trebuie să se oprească asupra unui conflict tipic cu care elevii se pot întîlni la această vîrstă.
9. În fiecare grupă, elevii generează prin brainstorming soluții pentru conflictul ales. Unul dintre membrii grupei notează aceste idei.
10. După 10 minute, fiecare grupă își prezintă ideile clasei.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Ce este brainstorming-ul?
* Cînd puteți folosi această metodă?
* Cum puteți folosi brainstorming-ul în timpul unui conflict?

### ACTIVITATE DE CONSOLIDARE

Cereți elevilor să se gîndească la un conflict din viața lor și să găsească prin metoda brainstorming diferite soluții posibile ale acestuia.

## *UN MILION DE CAPACE DE STICLĂ*

### *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

Brainstorming-ul este o cale simplă de a genera idei. Pentru aceasta, trebuie respectate patru reguli:

* **Notați orice idee la care vă puteți gîndi.** Unele idei s-ar putea să sune ciudat sau să fie considerate imposibile, dar aceasta nu este o problemă. Uneori, cele mai neobișnuite idei ne determină să ne gîndim la alte idei, care se dovedesc bune.

* **Gîndiți-vă la cît mai multe idei posibile.** Cu cît vă gîndiți la mai multe idei, cu atît cresc șansele să găsiți ideile bune.

* **Nu evaluați nici o idee ca fiind bună sau rea.**

* **Nu vorbiți și nu gîndiți despre aceste idei.** Trebuie doar să le notați.

## *ALEGEREA JUSTĂ*
## *(Pasul 5 pentru „Urcînd pe scară“)*

### *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să descrie un conflict;
2. să analizeze sentimentele și dorințele celor aflați în dispută;
3. să identifice soluții reciproc acceptabile ale conflictului.

### *CONCEPTE-CHEIE*

Brainstorming
Analiza conflictelor
Rezolvarea conflictelor

### *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Pasul final în rezolvarea unui conflict este alegerea și punerea în practică a unei soluții corespunzătoare nevoilor celor două părți aflate în dispută. În mod concret, după ce părțile aflate în conflict generează prin brainstorming idei despre soluții corespunzătoare nevoilor lor, ele pot discuta împreună și pot decide care dintre soluții este mai realistă și cea mai ușor de aplicat. Dacă identifică o soluție reciproc avantajoasă, părțile o pot pune în practică.

### *MATERIALE*

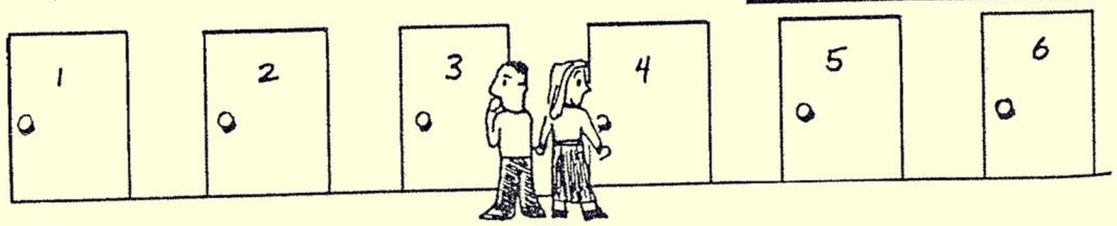
Fișa de lucru „Alegerea justă“, creioane

### *ACTIVITATE*

1. Împărțiți elevii în perechi. Distribuiți fiecărei perechi Fișa de lucru „Alegerea justă“.
2. Dați indicații elevilor să se oprească asupra unui conflict obișnuit, pe care l-au trăit ei sau altcineva cunoscut.
3. Cereți elevilor să se gîndească la acel conflict și să completeze fișa de lucru.

### *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Este important să țineți seama de faptul că rezolvarea conflictelor este un proces de comunicare. Deși unele conflicte nu pot fi rezolvate, există practic un potențial pozitiv în fiecare conflict. Chiar dacă nu se găsește o soluție, comunicarea îi ajută pe cei implicați în conflict să se maturizeze, să învețe și să se înțeleagă unul pe celălalt cu mai multă claritate. Scoateți în evidență aceste idei în discuțiile cu elevii.






4. Fiecare pereche descrie conflictul la care s-a oprit și împărtășește cu altă pereche analiza conflictului, realizată pe fișă.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Cum ați decis la ce soluție să vă opriți?
* Aproape orice conflict are un potențial pozitiv. Putem învăța foarte multe lucruri din aproape orice conflict. Dar cum puteți voi și cealaltă persoană implicată în conflict să învățați ceva dacă nu vă puteți pune de acord asupra unei soluții reciproc acceptabile? (Vezi Indicațiile pentru profesori pentru a găsi un răspuns posibil.)

## *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

**Indicații: Răspundeți la fiecare întrebare de pe fișă. Dați răspunsuri la obiect.**

**1. Despre ce conflict este vorba?**

**2. Cine sunt părțile implicate în conflict?**

**3. Cum se simte fiecare dintre persoanele implicate?**

**4. Ce vrea să obțină fiecare persoană de pe urma conflictului?**

**5. Folosiți brainstorming-ul pentru a găsi posibile soluții pentru acest conflict și notați TOATE ideile aici:**

**6. Ce soluție (soluții) ar mulțumi ambele părți aflate în conflict?**





## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să aplice o strategie explicită și simplă pentru recunoașterea și pentru abordarea nonviolentă a conflictelor interpersonale;
2. să descrie factori implicați în conflictele familiale;
3. să descrie strategii de a face față conflictelor din familie.

## *CONCEPTE-CHEIE*

Rezolvarea conflictelor
Conflicte în familie

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Fiecare dintre noi are metode specifice de a aborda conflictele: unii oameni se poartă agresiv, țipă și urlă, în timp ce alții se retrag și sunt tăcuți. Dar cum să recunoaștem că suntem pe cale de a adopta una sau alta dintre căile de a face față conflictelor? Și, odată implicați în conflict, care sunt cîteva dintre tehnicile utile pentru a face față conflictelor în mod constructiv? Cu alte cuvinte, cum putem să ne folosim de dinamica conflictelor pentru a ne satisface nevoile, fără a distruge în același timp relațiile noastre de prietenie și de parteneriat?

Strategia următoare include cinci pași simpli, care ne explică cum să abordăm conflictele. *În primul rînd, trebuie să recunoaștem conflictele*. De regulă, ele pot fi recunoscute dacă ne amintim ce am simțit în situații de conflict trecute: inima noastră a bătut mai repede, mușchii ne erau încordați, am fost furioși, ne-am simțit răniți sau am simțit alte emoții. De exemplu, Veronica a țipat la Adriana, prietena ei cea mai bună; fiecare dintre ele susținea că era mai deșteaptă decît

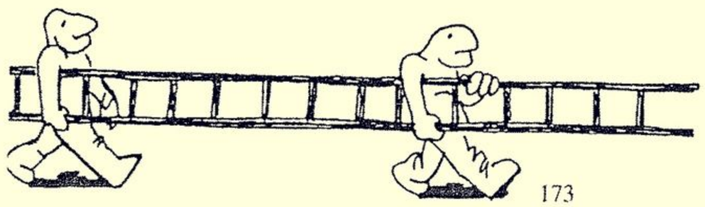
## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

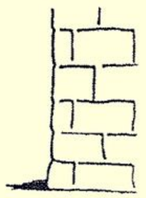
Această activitate este una dintre cele mai importante din acest program.

Pentru a-i ajuta pe elevi să integreze această strategie în cinci pași pentru rezolvarea conflictelor în cadrele lor obișnuite de acțiune, este util să le cereți acestora să realizeze jocuri de rol de cîte ori este posibil (de exemplu, o dată pe săptămînă). Aceste jocuri de rol ar trebui să arate cum pot fi rezolvate conflictele obișnuite ale elevilor prin apelul la strategia de rezolvare a conflictelor în cinci pași.

Elevii vor fi cu atît mai capabili să-și amintească această strategie și s-o folosească în situațiile din viața lor cu cît vor fi expuși mai des acestei strategii în cinci pași.

Aduceți-le aminte elevilor că este important ca mărturisirile personale să rămînă confidențiale. „Ce s-a spus aici, aici rămîne."





cealaltă. Veronica a recunoscut deodată că nu se simte bine: inima îi bătea foarte repede, era furioasă şi îi tremurau mîinile. Se afla într-o situaţie de conflict.

*În al doilea rînd, trebuie să ne gîndim la sentimentele noastre.* Este mult mai greu să rezolvăm orice situaţie de conflict dacă nu ne luăm în seamă sentimentele. Ne putem întreba: ce simt eu în această situaţie? De ce? Cum se simte oare cealaltă persoană cu care sunt în conflict? De ce? În exemplul nostru, Veronica şi-a analizat propriile sentimente şi a înţeles că e furioasă şi că se simte frustrată. De ce? Pentru că Adriana a ţipat la ea şi s-a purtat cu ea grosolan. Veronica s-a gîndit atunci la ce simte oare Adriana: probabil că se simte şi ea furioasă şi frustrată. De ce? Veronica şi-a spus că prietena ei o invidia, pentru că era cu adevărat mai deşteaptă decît Adriana.

În al treilea rînd, trebuie să descoperim care sunt interesele noastre profunde şi care *sunt interesele profunde ale celeilalte persoane implicate.* [1] În exemplul nostru, în timp ce striga, Veronica a început să se gîndească la interesele ei profunde. Şi-a dat seama că Adriana nu-i mai dădea suficientă atenţie şi că vorbea mereu cu alte fetiţe. I-a mărturisit Adrianei ceea ce o frămînta. În schimb, Adriana a recunoscut că s-a simţit frustrată pentru că Veronica nu mai mergea împreună cu ea de la şcoală acasă. Şi Adriana avea această nevoie profundă de a i se arăta atenţie.

*În al patrulea rînd, trebuie să identificăm prin metoda brainstorming cîteva soluţii ale conflictului.* Cu alte cuvinte, ne gîndim la toate căile posibile de a rezolva conflictul, astfel încît cei implicaţi să poată obţine ceea ce doresc. Nu trebuie să ne pese că ideile sunt ridicole sau prosteşti; exprimăm pur şi simplu orice idee posibilă care ne vine în minte. Veronica şi Adriana s-au gîndit la astfel de căi prin intermediul cărora să poată fi satisfăcute interesele profunde ale amîndurora. Una din multele idei la care s-au gîndit a fost aceea de a lua masa împreună şi de a pleca apoi împreună acasă.

*În al cincilea rînd, identificăm şi punem în practică soluţiile care satisfac în modul cel mai bun interesele profunde ale celor aflaţi în conflict.* Veronica şi Adriana s-au hotărît să pună în aplicare una dintre ideile lor. Au fost de acord să mănînce împreună şi să plece împreună de la şcoală acasă.

Cei cinci paşi pentru rezolvarea conflictelor sunt uşor de ţinut minte şi uşor de aplicat. Activitatea următoare îi învaţă pe elevi această strategie, ajutîndu-i să înţeleagă cum poate fi ea aplicată în situaţii obişnuite de conflict.

**NOTĂ:** Pentru ca această strategie de rezolvare a conflictelor să poată fi integrată în modurile de acţiune ale elevilor dumneavoastră, este mai întîi nevoie ca *dumneavoastră înşivă* să o integraţi în comportamentul dumneavoastră cotidian din clasă, în relaţiile cu aceştia. Dumneavoastră reprezentaţi pentru elevi un model de rol, pozitiv şi puternic. Astfel, dacă vă aflaţi într-o situaţie de conflict cu elevii, demonstraţi-le în mod explicit cum poate fi folosită această strategie. Treceţi în revistă aceşti cinci paşi împreună cu ei.

De asemenea, ţineţi minte tot timpul că rezolvarea conflictelor cere timp. Dacă nu observaţi schimbări imediate în comportamentul elevilor dumneavoastră, aveţi răbdare şi nu vă pierdeţi speranţa. La început, se poate întîmpla ca cei cinci paşi să le pară elevilor artificiali. Cu toate acestea, prin practică continuă, aceşti paşi vor deveni un element solid al felului în care se comportă într-o situaţie de conflict.

[1] Notă tehnică: Pasul 3 din Fişa de lucru a elevilor „Urcând pe scară" ar trebui să se cheme „Dorinţele noastre profunde", dar, din motive de simplitate, le-am numit „Dorinţele noastre". Astfel, „dorinţele" sunt definite în sens larg ca „dorinţe/nevoi ale oamenilor pe care aceştia vor să le satisfacă într-o situaţie de conflict".

[2] Notă tehnică: Deşi această strategie de rezolvare a conflictelor a fost prezentată în cinci paşi separaţi, când trebuie să rezolvăm conflicte în viaţa reală, se poate întâmpla ca paşii aceştia să se suprapună.



## *MATERIALE*

Fişa de lucru „Urcînd pe scară"

## *ACTIVITATE*

1. Împărţiţi elevilor Fişa de lucru „Urcînd pe scară". Citiţi conţinutul ei cu voce tare împreună cu elevii, explicîndu-le fiecare pas al strategiei de rezolvare a conflictelor.
2. Împărţiţi elevii în perechi.
3. În cazul acestei activităţi, unul dintre elevii din pereche pretinde că este un părinte; celălalt elev pretinde că este un copil.
4. Cereţi tuturor elevilor din clasă să asculte cu atenţie. Explicaţi-le că: „Părintele şi copilul se află în toiul unui conflict. Este vineri după-amiază. Părintele consideră că elevul nu a învăţat atît cît ar fi trebuit. De aceea, părintele vrea ca fiul/ fiica său/ sa să rămînă acasă şi să-şi facă temele. Dar copilul este obosit de atîta stat în clasă toată ziua. Toţi prietenii copilului se joacă în parc şi acolo vrea să meargă şi el/ ea, ca să se joace cu ei. Părintele şi copilul se ceartă pe această temă".
5. Recitiţi scenariul din perspectiva pasului patru, astfel încît toată lumea să poată înţelege clar ce anume se întîmplă în acest conflict familial.
6. Cereţi perechilor să interpreteze conflictul. Ca să-l rezolve, perechile ar trebui să urmeze paşii evidenţiaţi în Fişa de lucru „Urcînd pe scară".
7. După ce perechile au rezolvat conflictul, cereţi elevilor să schimbe între ei rolurile (elevul care a jucat rolul părintelui este acum copilul şi viceversa) şi să le interpreteze încă o dată.
8. Elevii se pot gîndi la alte conflicte care au apărut în viaţa lor (sau în viţile altor copii) şi pot să le interpreteze. Este important ca elevii să înveţe să integreze în jocurile lor de rol această strategie în cinci paşi pentru rezolvarea conflictelor.

## ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUŢII

* Daţi exemple de cîteva sentimente pe care le-ar putea avea cineva, astfel încît să poată recunoaşte că se află într-o situaţie de confl cu un părinte sau cu o persoană dragă.
* Cînd sunteţi într-o situaţie de conflict, vreţi vă satisfaceţi propriile nevoi. Vreţi să obţine ceea ce doriţi. Dar de ce să doriţi să satisfac la fel de bine şi nevoile celeilalte persoane?

NOTĂ: Aceasta este o întrebare extrem dificilă. Puteţi explica elevilor că: 1) dacă îi ajutăm pe alţii, dăm dovadă că suntem oamen cărora le pasă de ceilalţi şi 2) un conflict este posibilitate pentru elevi de a se exprima pe sin şi de a obţine ceea ce doresc. Dar dacă nimeni nu ar fi dispus să împartă cu ceilalţi, dacă toţi fi lacomi, nimeni nu ar putea să obţină ceea ce doreşte.

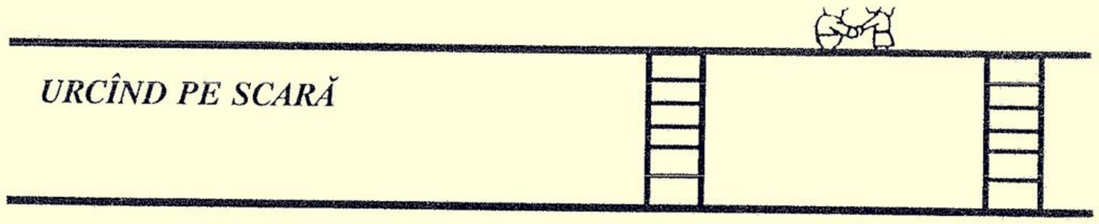
* Ce fel de conflicte există între părinţi şi copii?
* Ce sentimente îi încearcă pe copii cînd se întîmplă să se certe cu părinţii lor?
* Ce sentimente îi încearcă oare pe părinţi cînd se ceartă cu copiii lor?
* De ce se ceartă părinţii cu copiii lor? Ce vor de la copiii lor?
* De ce se ceartă copiii cu părinţii lor? Ce vor de la părinţi?
* Care ar fi cîteva căi prin intermediul cărora părinţii şi copiii ar putea să-şi satisfacă reciproc nevoile (interesele)?

**NOTĂ:** Aveţi grijă cînd realizaţi această activitate. Deşi discuţia poate fi extrem de lămuritoare şi de importantă pentru elevi, nu pierdeţi din vedere că ea poate produce emoţii puternice. De exemplu, elevii ar putea să dea frîu liber furiei lor şi resentimentelor pe care le au faţă de părinţi. Permiteţi elevilor să se exprime cît se poate de liber. Aveţi însă grijă ca ei să-şi dea seama de sentimentele lor. De exemplu, dacă un elev vorbeşte cu supărare despre părinţii lui/ei, puteţi să-i spuneţi: „Mi se pare că eşti tare furios". Ajutaţi-i pe elevi să-şi recunoască, să-şi accepte propriile sentimente şi să se simtă responsabili pentru ele. Subliniaţi de

asemenea că învățarea și utilizarea acestei strategii în cinci pași ar putea să ducă la întărirea sau la însănătoșirea relațiilor familiale.

Dacă vi se pare că discuțiile sunt prea tensionate (sau prea superficiale), puteți să le puneți elevilor întrebări despre importanța relațiilor dintre oameni și despre importanța familiei.





## *URCÎND PE SCARĂ*

## *FIȘA DE LUCRU A ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

Gîndiți-vă cum vă simțiți cînd sunteți în conflict cu altcineva. Inima vă bate, mîinile vă sunt transpirate, mușchii vă sunt încordați. Cînd vă aflați într-o situație de conflict, vă simțiți ca și cum ați fi căzut în fundul unei gropi adînci. Vreți să ieșiți din groapă. Vreți să respirați aerul proaspăt, calm de afară. Dar singura cale prin care puteți să ieșiți din groapă este să vă urcați pe o scară. Fiecare pas pe care îl faceți pentru rezolvarea unui conflict vă duce pe voi și pe ceilalți cu un pas mai aproape de aerul proaspăt de afară. Vestea bună este că nu trebuie să urcați sute de trepte pe scară. Ea are numa cinci astfel de trepte. Iată-le:

### CEI CINCI PAȘI PENTRU A DEPĂȘI UN CONFLICT

### 1. SĂ RECUNOAȘTEM CONFLICTELE

Puteți să vă spuneți vouă înșivă: „Hei, se pare că ceva nu este în regulă!".

Dați-vă seama dacă vă simțiți răniți, rușinați sau dacă încercați alte astfel de sentimente neplăcute și întrebați-vă: „Au toate acestea vreo legătură cu un conflict?".

### 2. SĂ NE RECUNOAȘTEM SENTIMENTELE

Dacă credeți că vă aflați într-o situație de conflict, puteți să vă întrebați:
„Ce simt? (Numiți sentimentul pe care îl încercați.) De ce?"
„Ce simte cealaltă persoană? De ce?".

### 3. SĂ NE DĂM SEAMA CE VREM

Recunoașteți ce doriți voi și ce dorește cealaltă persoană în acest conflict, întrebîndu-vă:
„De ce este vorba de un conflict? Ce doresc eu să obțin din această situație?"
„Ce vrea să obțină cealaltă persoană din această situație?"
„În ce fel mă oprește cealaltă persoană să obțin ceea ce vreau?".

### 4. SĂ PRODUCEM IDEI

Gîndiți-vă la soluții pe baza cărora ambele părți să poată obține ceea ce doresc.

### 5. PUNEȚI PLANUL ÎN APLICARE

Găsiți soluția care vă împacă pe amîndoi. Acționați în spiritul ei. Găsiți-vă timp să vorbiți cu cealaltă persoană și să vă întăriți relațiile cu ea.

## *FILMUL SERIAL*
## *(Să punem în aplicare cei cinci pași ai strategiei „Urcînd pe scară")*

### *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să identifice conflicte în familie;
2. să dea exemple de strategii de rezolvare a conflictelor în familie;
3. să realizeze jocuri de rol, interpretînd soluții pentru rezolvarea conflictelor familiale;
4. să utilizeze strategia în cinci pași („Urcînd pe scară") pentru a-i ajuta să rezolve conflicte familiale.

### *CONCEPTE-CHEIE*

Rezolvarea conflictelor
Conflicte familiale
Conflicte între rude

### *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Orice familie este alcătuită ca o mică societate, avînd o structură proprie unică, relații, părți tari, moduri de comunicare și conflicte. În cele mai multe familii, un tip foarte răspîndit de conflicte este cearta.

Certurile în familie se deosebesc de cele între nemembrii de familie. Deoarece membrii unei familii sunt apropiați unii de alții, ei se simt mai în largul lor în timpul unui conflict și mai puțin constrînși să nu-și arate adevăratele sentimente. Pe de altă parte, în timpul unui conflict social (în afara familiei), oamenii își exprimă emoțiile mai puțin liber, deoarece relațiile interumane sunt, de regulă, bine structurate.

### *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

O discuție despre conflictele familiale poate să devină o experiență implicînd numeroase aspecte intime. În cazul în care elevii dezvăluie astfel de probleme personale, amintiți-le că: 1) tot ce se spune este confidențial; 2) elevii ar trebui să se respecte unul pe celălalt; și 3) nu ar trebui să se tachineze reciproc din cauza conflictelor familiale.

În cazul în care cineva pare să fie grav afectat de un conflict familial sau dezvăluie că este implicat într-o situație în care îi este amenințată chiar viața (precum abuzul asupra copiilor), puteți să cereți ajutorul unui psihiatru sau un sprijin de ordin legal.

Adeseori, conflictele familiale au la bază diferențe de vederi între generații. De exemplu, s-ar putea ca bunicii să aibă un set de valori complet diferit de acela al nepoților. Cu toate acestea, „diferențele dintre generații" nu sunt doar o sursă de conflict: membrii fiecărei generații pot să ofere perspective valoroase privind felurile diferite de a privi lumea.

### *MATERIALE*

Pentru această activitate, elevii vor avea nevoie să cunoască sau să aibă acces la o carte, la o emisiune de radio, la un articol de ziar, la un film sau la o emisiune TV, care relatează despre un conflict familial.

### *ACTIVITATE*

1. Alegeți o situație de conflict familial prezentată în mass-media (la televiziune, la radio, în ziare etc.) și cereți elevilor să se familiarizeze cu ea. De exemplu, puteți cere elevilor să se uite la un anumit film serial în care apar astfel de probleme familiale.
2. După ce au urmărit, au ascultat sau au citit despre conflictul respectiv, fiecare elev notează ce fel de conflict a apărut și indică cîteva strategii posibile pentru a-l rezolva.
3. Împărțiți elevii în grupe de cîte 4 sau 6.
4. Cereți grupelor să interpreteze diferitele situații de conflict, arătînd și modurile în care conflictele respective ar putea fi rezolvate. Ca să le fie mai ușor să găsească rezolvări pentru aceste conflicte, spuneți-le să se gîndească la strategia în cinci pași prezentată în Fișa de lucru „Urcînd pe scară".
5. Soluțiile găsite de către grupe pot fi comparate cu episoadele ulterioare ale spectacolului respectiv de televiziune (sau ale emisiunii radio, ale articolelor de ziar etc.).

### ACTIVITATE DE CONSOLIDARE

Cereți elevilor să dea exemple de conflicte cu care se întîlnesc în viață. (Conflictele de familie includ și conflictele între rude.) Elevii pot încerca să găsească posibile soluții pentru aceste conflicte familiale prin metoda brainstorming. Dacă elevii se simt în largul lor, ei pot să împărtășească cu ceilalți aceste conflicte și soluțiile lor posibile. Aveți grijă, deoarece astfel de discuții despre conflicte în familie pot atinge corzi extrem de sensibile. Dacă are loc o discuție, spuneți elevilor că totul va rămîne confidențial. De asemenea, subliniați cu tărie că elevii *trebuie* să se respecte unul pe altul; nimeni nu are voie să rîdă de altcineva din cauza conflictelor sale familiale.

O variantă mai puțin personală a acestei activități este aceea de a-i pune pe elevi să dea exemple de probleme pe care le au în comun familiile din comunitatea lor; ei ar putea să realizeze jocuri de rol pentru a demonstra cum pot fi abordate aceste probleme în mod constructiv.

## *FABRICA*
## *(Să punem în aplicare cei cinci pași ai strategiei „Urcînd pe scară“)*

### *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să identifice pozițiile și interesele de bază ale părților implicate în conflicte privind mediul înconjurător;
2. să descrie complexitatea problemelor mediului înconjurător;
3. să utilizeze strategia în cinci pași („Urcînd pe scară“) pentru a-i ajuta să rezolve conflictele privind mediul înconjurător.

### *CONCEPTE-CHEIE*

Rezolvarea conflictelor
Luarea deciziilor
Conflicte privind mediul înconjurător

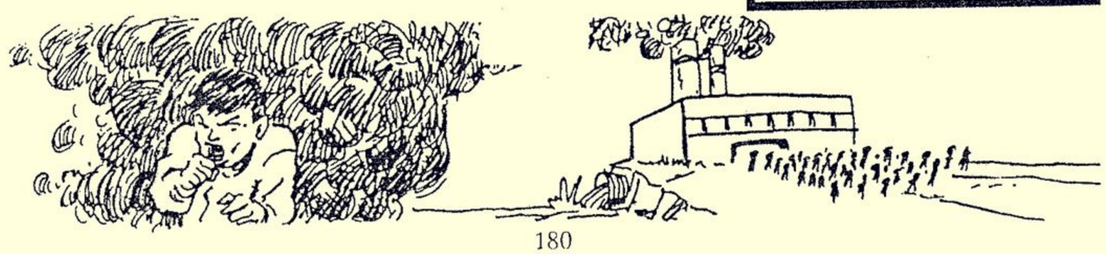
### *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Oamenii din toată lumea au ca preocupare comună problemele legate de mediul înconjurător. Mediul înconjurător ne afectează pe toți; nu are importanță dacă suntem președintele unei țări sau managerul unei mari fabrici care cauzează poluarea aerului.

Dacă fiecare are interesul în rezolvarea problemelor privind mediul înconjurător, atunci de ce nu sunt ele rezolvate? Unul din motive ar fi că este foarte dificil și anevoios să se ajungă la o înțelegere. Rezolvarea conflictelor privind mediul înconjurător implică adeseori negocierea cu forțe economice, demografice, sociale, culturale sau etnice. Deoarece în conflictele legate de mediul înconjurător există diferite grupuri de interese, pentru negocierea și pentru creșterea puterii efective de decizie se realizează adeseori alianțe. Există foarte multe grupuri diferite care discută diferite aspecte legate de conflictele privind mediul înconjurător. De exemplu, reprezentanții industriei, autorităților locale, instituțiilor științifice, agențiilor guvernamentale și organizațiilor non-guvernamentale au adeseori puncte de vedere diferite despre modul cum să fie rezolvate problemele mediului înconjurător.

### *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Activitatea este un exemplu de conflict în comunitate. Puteți substitui problemele locale privind mediul înconjurător cu cele propuse pentru activitate.





Deoarece problemele privind mediul înconjurător pot trece peste granițele naționale și internaționale, ele preocupă pe oricine de pe această planetă. De aceea, trebuie să devenim conștienți de importanța rezolvării problemelor mediului înconjurător. Dacă conflictele legate de mediul înconjurător nu vor putea fi rezolvate, viața speciei umane se poate considera încheiată.

Această activitate vă familiarizează cu dificultățile care apar cînd se încearcă rezolvarea unui conflict privind mediul înconjurător.

### *MATERIALE*

Nu este nevoie.

### *ACTIVITĂȚI*

1. Împărțiți elevii în două grupe.
2. Spuneți elevilor dintr-o grupă că nu mai sunt elevi. Ei sunt acum reprezentanții unei mari fabrici. Ea produce multe lucruri folositoare pentru comunitate. Mulți oameni sunt angajați în fabrică; dacă ea va fi vreodată închisă, multe familii nu vor mai avea destui bani să-și cumpere mîncare.
3. Spuneți elevilor din cealaltă grupă că nu mai sunt elevi. Ei sunt acum locuitori ai unui oraș numit „Dingleberry“. Ei cred că fabrica trebuie închisă. Ei susțin că „fabrica creează mari probleme cu poluarea“. Fabrica își aruncă reziduurile în rîul apropiat, de unde locuitorii din Dingleberry își procură apa de băut. Apa poluată poate ucide locuitorii.
4. Cereți fiecărui elev din cei care reprezintă locuitorii din Dingleberry să-și găsească o pereche dintre cei care reprezintă fabrica. Perechile trebuie să discute dacă este cazul sau nu să se închidă uzina. Spuneți elevilor că în cursul zilei trebuie luată o decizie în următoarele zece minute.
5. Rearanjați elevii, așezîndu-i într-un cerc. Solicitați voluntari care să împărtășească din experiența lor din timpul procesului de negociere.
6. Discutați cu elevii următoarele „ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII“. Dacă mai rămîne timp, continuați cu „ACTIVITATEA DE CONSOLIDARE“.

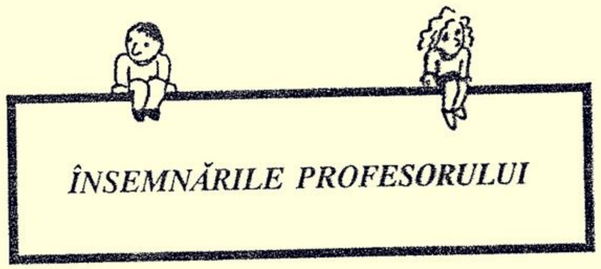
### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* A fost greu sau ușor să decideți asupra soluției conflictului? De ce?
* Care a fost poziția fiecărui grup? Aceasta este ceea ce doresc rezidenții din Dingleberry? Ce doresc reprezentanții fabricii?
* Care sunt interesele ascunse ale fiecărui grup? Ce interese au în comun cele două grupuri?
* Care a fost partea cea mai dificilă a procesului de negociere?
* Cum s-a ajuns eventual la o decizie? Dacă decizia a fost luată, ce probleme care ar putea impiedica aplicarea ei pot apărea?
* De ce sunt conflictele reale privind mediul înconjurător atît de greu de rezolvat? (Vezi informațiile preliminare pentru detalii.)

### ACTIVITATEA DE CONSOLIDARE

Împărțiți încă o dată elevii în grupe, spunînd unei părți că va reprezenta fabrica și celeilalte părți că îi va reprezenta pe locuitorii din Dingleberry. Cereți fiecăruia din grupa Dingleberry să-și găsească ca pereche un reprezentant al fabricii.

Cele două grupuri trebuie să discute despre oportunitatea închiderii fabricii. Totuși, în loc să decidă asupra unei decizii de care ar beneficia doar un singur grup, cereți-le să găsească o soluție comună. Ei trebuie să urmeze pașii din Fișa de activitate a elevului „Urcînd pe scară“, pentru a putea să găsească o soluție a conflictului în beneficiul ambelor părți. Soluția trebuie să satisfacă necesitățile ambelor grupuri.




# *CAPITOLUL AL VI-LEA*
# *„NOI“*

# INTRODUCERE LA CAPITOLUL AL VI-LEA: NOI

Acest capitol este focalizat pe definirea și pe înțelegerea drepturilor fundamentale ale omului, precum și pe legătura dintre acestea și stările conflictuale. În această introducere nu este dată o definiție specifică a drepturilor omului, fiindcă ceea ce înțelegem prin această sintagmă va deveni clar pe parcursul derulării lecțiilor.

Lecțiile din acest capitol îi vor ajuta pe elevi să devină mai conștienți de drepturile fundamentale ale omului și, de aceea, mai capabili să se protejeze ei înșiși împotriva încălcării drepturilor omului. Ca o protecție suplimentară împotriva încălcării drepturilor omului, elevii vor învăța cum să-și solicite drepturile lor.

Așa cum am subliniat deja, studierea drepturilor omului implică integrarea principalelor puncte din capitolele anterioare. De exemplu, încălcarea drepturilor omului implică adeseori prejudecățile și discriminarea.

**De ce sunt încălcate adeseori drepturile fundamentale ale omului în timpul conflictelor?**

Sunt mai multe răspunsuri la această întrebare. Vom discuta unul dintre posibilele răspunsuri, adevărat, în raport cu multe situații.

Mulți oameni reacționează ca și cum conflictele ar fi bătălii între puncte de vedere diferite, între idei, necesități sau valori. În mod normal, în perioada cînd *nu există* nici un conflict, oamenii se supun regulilor, normelor și legilor societății lor. Dar chiar și în perioadele de conflict sunt valabile cîteva reguli. Oamenii fac tot ce vor pentru a-și atinge scopurile. Gîndiți-vă cum evoluează o bătălie dintre țări. La început, cel puțin o țară simte că ea are dreptul să acționeze într-o manieră specifică pentru a-și susține valorile specifice, ideile, nevoile sau punctele de vedere. Cel puțin una din țări începe să-i devalorizeze pe membrii celeilalte sau să producă prejudecăți împotriva celeilalte țări. În consecință, comunicarea dintre cele două țări este întreruptă. Eventual, cel puțin unul din combatanți ia legea în propriile-i mîini, creînd propriile-i reguli, care îi permit să-și atingă obiectivele. Prioritatea principală a cel puțin uneia din părți este să învingă.[1]

În mod similar, gîndiți-vă cum evoluează conflictele dintre indivizi. Să presupunem că doi oameni, Matei și Nela, discută între ei. La început, el spune ceva cu care ea nu este de acord. Cei doi încep să se certe. Încet, ea începe să gîndească precum că opinia lui este stupidă fiindcă el nu este femeie. Nela începe să desconsidere valoarea umană a lui Matei. Cu alte cuvinte, ea dezvoltă o prejudecată împotriva lui din cauza originii sale, și nu-i mai respectă opiniile. Cei doi se supără, exprimîndu-și opiniile din ce în ce mai ostil. Ei încep să ridice tonul unul la celălalt. Ea îi spune: „băiat prost". Apoi el îi dă replica: „Toată lumea știe că fetele sunt prostănace, și asta te face și pe tine să fii!". Comunicarea dintre cei doi se întrerupe. Eventual, Nela devine atît de furioasă, încît îl pălmuiește pe Matei și fuge. Nela și Matei au fost conduși de emoțiile lor și de importanța obiectivului pe care l-a avut fiecare. În consecință, Nela și-a făcut singură legea (a luat legea în propriile-i mîini), pălmuindu-l pe Matei. Violența este adeseori folosită pentru rezolvarea situațiilor conflictuale; inevitabil, drepturile omului sunt violate.

---

[1] De dragul simplității, echivalăm acțiunile unei țări cu opiniile celor ce iau decizii în aceste țări. Totuși, opiniile lor nu reflectă în mod necesar punctele de vedere ale tuturor cetățenilor acelei țări.

# SCUTUL MEU DE PROTECȚIE

## OBIECTIVE

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să descrie ce sunt drepturile fundamentale ale omului;
2. să arate care drepturi cred ei că sunt drepturi ale omului;
3. să alcătuiască o listă cu drepturile copiilor; să compare drepturile omului, așa cum le-au definit ei, cu cele pe care O.N.U. le consideră a fi drepturile omului.

## CONCEPTE-CHEIE

Analiza conflictelor
Drepturile omului

## INFORMAȚII PRELIMINARE

Drepturile fundamentale ale omului sunt drepturi pe care le meritām în orice moment, pur și simplu pentru că suntem oameni. De aceea, fiindcă meritām toți aceste drepturi, trebuie să respectām cu toții dreptul celuilalt.

O.N.U. a adoptat o declarație în care sunt enumerate drepturile fundamentale ale omului, pe care le avem cu toții și care trebuie respectate. Datorită implicării O.N.U. în problema drepturilor omului, relațiile umane în și dintre țări sunt mult mai normale. Totuși, încălcarea drepturilor omului se produce încă. De exemplu, oamenii din unele țări sunt privați de hrană, de apă și de alte nevoi fundamentale pentru supraviețuire.

Încălcarea drepturilor omului poate fi prevenită asigurîndu-ne că:

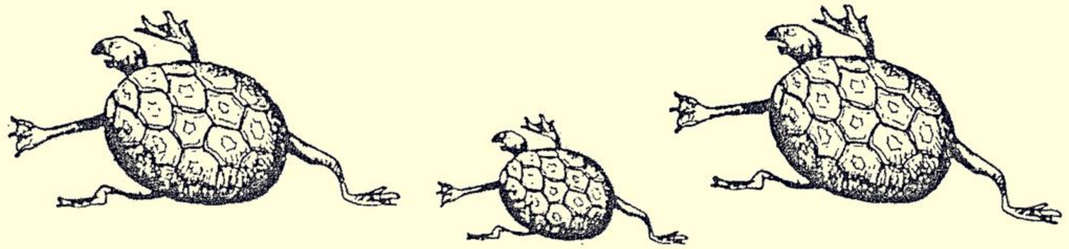
1. oamenii sunt conștienți de drepturile lor și de drepturile fundamentale ale omului;

## INDICAȚII PENTRU PROFESORI

Aveți grijă ca elevii să înțeleagă diferența dintre drepturile fundamentale ale omului și dorințele omenești. (Pentru exemplificare, vezi întrebarea pentru discuții #2.)

De asemenea, puteți să discutați cu elevii despre ceea ce ar face ei dacă ar avea sentimentul că drepturile lor le-au fost încălcate (vezi informațiile preliminare).

Puteți decide să proiectați și alte activități, care să-i ajute pe elevi să exploreze Carta O.N.U. De exemplu, dacă țara dumneavoastră este semnatară a Cartei, puteți exemplifica cu știri din mass-media despre adoptarea sau semnarea Cartei, pentru a arăta elevilor cît de serios a luat în considerare țara dumneavoastră problema drepturilor fundamentale ale omului.



2. oamenii discută despre drepturile lor fundamentale;

3. oamenii în deplină cunoștință de cauză se ridică pentru apărarea drepturilor lor fundamentale și pentru drepturile celorlalți. În acest fel, drepturile fundamentale ale omului devin linii directoare de urmat în cazul unor conflicte. Oamenii devin activi în raport cu drepturile lor fundamentale, și conflictele se rezolvă în condițiile unei înțelegeri tacite privind respectarea drepturilor omului. În esență, acceptarea generală a drepturilor fundamentale ale omului servește ca un scut protector împotriva încălcării acestora.

## *MATERIALE*

Tablă și cretă (sau o coală mare de hîrtie și un marker), un exemplar al Declarației Universale a Drepturilor Omului (care este prezentată la sfîrșitul acestei activități) și un exemplar al Convenției privind Drepturile Copilului (inclusă de asemenea la sfîrșitul acestei activități), hîrtie și creioane .

## *ACTIVITĂȚI*

1. Scrieți pe tablă următoarea propoziție: „Fiindcă sunt om, eu merit...".

2. Aplicînd metoda brainstorming, solicitați fiecărui elev cel puțin cinci moduri diferite de a completa propoziția de la punctul unu. Dacă elevii au dificultăți să completeze propoziția, dați-le un exemplu, cum ar fi: „Fiindcă sunt om, eu merit dragoste" sau „Fiindcă sunt om, eu merit hrană".

3. Solicitați fiecărui elev să prezinte clasei două (sau mai multe) din sugestiile lor. Scrieți aceste sugestii pe tablă.

4. Spuneți elevilor: „Acum vom explora cît de des apare fiecare sugestie". Prezentați fiecare sugestie enunțată pe tablă, întrebînd elevii cît de des au enunțat-o:

   Meritām (sugestia de pe tablă)
   a) uneori,
   b) în cea mai mare parte a timpului,
   c) tot timpul.

Astfel, dacă cineva a dat ca exemplu dragostea, întrebați clasa dacă meritām dragoste uneori, în cea mai mare parte a timpului sau tot timpul. Dintre sugestiile pe care le agreează elevii, încercuiți-le pe acelea în care meritām dragoste tot timpul.

5. Spuneți elevilor că exemplele încercuite pe tablă sunt drepturi fundamentale ale omului (conform celor sugerate de ei).

6. Întrebați elevii ce sunt drepturile fundamentale ale omului.

7. Prezentați-le Declarația Universală a Drepturilor Omului. Elevii vor compara drepturile pe care ei au simțit că ființele umane le merită cu cele pe care le-a stabilit O.N.U.

8. Împărțiți elevii în grupe de 4 pînă la 6.

9. Fiecare grupă va crea o listă de drepturi pe care *le merită copiii*. Pentru a ajuta elevii să-și creeze lista, întrebați-i ce drepturi merită elevii *tot timpul*.

10. După ce elevii și-au completat listele lor, clasa se va așeza într-un cerc mare.

11. Fiecare grupă va prezenta clasei lista ei.

12. Prezentați Convenția privind Drepturile Copilului. Elevii vor compara drepturile pe care au simțit ei că le merită cu cele pe care le-a stabilit O.N.U.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Care sunt drepturile fundamentale ale omului?

* Să presupunem că doriți acea jucărie nouă nemaipomenită pe care ați văzut-o în magazin. Știți că dacă jucăria ar fi a voastră, v-ați juca cu ea ore întregi. Gîndiți-vă că părinții nu vor să vă dea banii s-o cumpărați. Ei spun că nu aveți nevoie de acea jucărie. Este un drept fundamental acela de a vi se permite să cumpărați jucăria? De ce nu este ?

* Dacă doi oameni se ceartă și țipă unul la celălalt,ce drept al omului ar putea ei să încalce?



* De ce credeți că O.N.U. a elaborat o Cartă specială privind drepturile copiilor ?

### ACTIVITATE DE CONSOLIDARE

Întrebați elevii: „Cum poate clasa noastră să-i ajute pe oameni să devină mai conștienți de drepturile lor fundamentale?". Realizați cu clasa o activitate de brainstorming despre mijloacele posibile de a-i informa pe ceilalți despre drepturile lor fundamentale. De exemplu, clasa poate decide să creeze postere sau reclame în care să fie cuprinse drepturile fundamentale ale omului (posibil în cadrul temei „Să-i respectăm pe ceilalți"); posterele pot fi afișate pe coridoarele școlii sau în clase. Elevii pot crea de asemenea roluri într-o piesă prin care să demonstreze că și conflictele se pot rezolva într-un mod care să nu încalce drepturile fundamentale ale omului. Elevii pot prezenta piesa lor claselor mai mici.

## DECLARAȚIA UNIVERSALĂ A DREPTURILOR OMULUI

**În 1948, O.N.U. a creat o listă (declarație) a drepturilor omului, un standard de atins de toți oamenii și de toate națiunile. Prezentăm aici cîteva dintre drepturile stipulate atunci:**

1. Toate ființele umane se nasc libere și egale în demnitate și în drepturi. Ele sunt înzestrate cu rațiune și conștiință și trebuie să se comporte unele față de celelalte în spiritul fraternității.
2. Fiecare om se poate prevala de toate drepturile și de toate libertățile proclamate în prezenta Declarație, fără nici o deosebire, ca de exemplu de rasă, de culoare, de sex, de limbă, de religie, de opinie politică sau de orice altă opinie, de origine națională sau socială, de avere, de naștere sau decurgînd din orice altă situație.
3. Orice ființă umană are dreptul la viață, la libertate și la securitatea sa.
4. Nimeni nu va fi ținut în sclavie.
5. Nimeni nu va fi supus la tortură, nici la pedepse sau tratamente crude, inumane sau degradante.
6. Toți oamenii sunt egali în fața legii și au dreptul fără deosebire la o protecție egală a legii.
7. Nimeni nu poate fi arestat, deținut sau exilat în mod arbitrar.
8. Orice persoană are dreptul, în deplină egalitate, să fie ascultată în mod echitabil și public de un tribunal independent și imparțial, care va hotărî fie asupra drepturilor și obligațiilor sale, fie asupra temeiniciei oricărei acuzații în materie penală îndreptată împotriva ei.
9. Orice persoană acuzată de un delict este prezumtiv nevinovată, pînă cînd vinovăția sa va fi dovedită în mod legal în cursul unui proces public, în cadrul căruia i s-au asigurat toate garanțiile necesare apărării sale.
10. Nimeni nu va fi supus unor imixtiuni arbitrare în viața sa particulară, în familia sa, în domiciliul său ori în corespondență, nici unei atingeri a onoarei sau reputației sale.
11. Orice persoană are dreptul să circule liber și să-și aleagă reședința în interiorul unui stat. Orice persoană are dreptul să părăsească orice țară, inclusiv țara sa, și de a reveni în țara sa.
12. În cazul persecuției, orice persoană are dreptul să caute azil și să beneficieze de azil în alte țări.
13. Orice persoană are dreptul la o cetățenie.
14. Cu începere de la vîrsta maturității, bărbatul și femeia, fără nici o restricție în privința rasei, cetățeniei sau religiei, au dreptul să se căsătorească și să-și întemeieze o familie.
15. Orice persoană are dreptul la proprietate, atît singură, cît și în asociere cu alții.
16. Orice persoană are dreptul la libertatea gîndirii, a conștiinței și a religiei; acest drept implică libertatea de a-și schimba religia sau convingerile, precum și libertatea de a-și manifesta religia sau convingerile sale, individual sau în colectiv, atît în public, cît și privat, prin învățămînt, practici, cult și îndeplinirea de rituri.
17. Orice persoană are dreptul la libertatea de opinie și de exprimare, ceea ce implică dreptul de a nu fi tulburat pentru opiniile sale și acela de a căuta, de a primi și de a răspîndi, fără a se ține seama de granițe, informații și idei prin orice mijloc de exprimare.
18. Orice persoană are dreptul la libertatea de întrunire și asociere pașnică. Nimeni nu poate fi obligat să facă parte dintr-o asociație.
19. Orice persoană are dreptul să participe la conducerea treburilor publice ale țării sale, fie direct, fie prin intermediul unor reprezentanți aleși liber. Orice persoană are dreptul de acces, în condiții de egalitate, la funcțiile publice ale țării sale. Voința poporului este baza puterii de stat; această voință trebuie să fie exprimată prin alegeri libere, care trebuie să aibă loc periodic, prin sufragiul universal egal și prin vot secret, după o procedură echivalentă care să asigure libertatea votului.
20. Orice persoană, ca membră a societății, are dreptul la securitate socială.
21. Orice persoană are dreptul la muncă, la libera alegere a muncii, la condiții echitabile și satisfăcătoare de muncă, precum și la ocrotire împotriva șomajului.
22. Orice persoană are dreptul la odihnă și la timp liber.
23. Orice persoană are dreptul la un nivel de viață corespunzător asigurării sănătății sale, bunăstării proprii și a familiei, cuprinzînd hrana, îmbrăcămintea, locuința, îngrijirea medicală.
24. Orice persoană are dreptul la educație. Educația trebuie să fie gratuită, cel puțin în ceea ce privește educația primară și generală. Educația trebuie să urmărească dezvoltarea deplină a personalității umane și întărirea respectului pentru drepturile omului și libertățile fundamentale. Ea va trebui să stimuleze înțelegerea, toleranța și prietenia între popoare și între toate grupurile rasiale sau religioase.
25. Orice persoană are dreptul să participe în mod liber la viața culturală a comunității, să se bucure de arte și să participe la progresul științific și la beneficiile lui.
26. Fiecare om are îndatoriri față de colectivitatea unde trăiește, numai în cadrul acesteia fiind posibilă dezvoltarea liberă și deplină a personalității sale.

Toate drepturile aparțin O.N.U.



## CONVENȚIA CU PRIVIRE LA DREPTURILE COPILULUI

**„Convenția cu Privire la Drepturile Copilului" este primul document legal care stabilește standardele de protecție a unuia din cele mai vulnerabile grupuri din societate — copiii. Documentul a funcționat uneori ca o „cartă a drepturilor" pentru copii. Aici sunt prezentate cîteva din cele mai importante drepturi stipulate în acest document:**

1. Fiecare copil are dreptul inerent la viață și statele vor trebui să asigure în toată măsura posibilului supraviețuirea și dezvoltarea copilului.
2. Fiecare copil are dreptul la un nume și la o naționalitate prin naștere.
3. În toate deciziile care îi privesc pe copii, fie că sunt luate de instituții publice sau private de ocrotire sociale, fie de către tribunale sau autorități administrative, interesele superioare ale copilului trebuie să fie luate în considerare cu prioritate. Opiniei copilului trebuie să i se dea o atenție deosebită.
4. Statele trebuie să se asigure că fiecare copil se bucură de toate drepturile, fără discriminare sau restricții de orice fel.
5. Copiii nu trebuie separați de părinți de către autorități, mai puțin în situația în care interesele copilului o cer pentru a se dezvolta normal.
6. Statele vor trebui să protejeze copiii de orice vătămare sau abuz fizic și mental, de abandon sau neglijență, inclusiv de abuzuri sexuale și de exploatare.
7. Statele vor oferi copiilor orfani soluții alternative de îngrijire.
8. Copiii handicapați vor avea dreptul la un tratament special, la educație și îngrijire.
9. Copilul trebuie să beneficieze de cele mai înalte standarde de îngrijire medicală și sănătate. Statele vor trebui să se asigure că asistența medicală le este oferită tuturor copiilor, punîndu-se accentul pe măsurile preventive, pe educația sanitară și pe reducerea mortalității infantile.
10. Educația primară trebuie să fie liberă și gratuită; disciplina din școli trebuie să respecte demnitatea copiilor. Educația trebuie să pregătească copilul pentru viață în spiritul înțelegerii, păcii și toleranței.
11. Copiii trebuie să aibă timp de odihnă și timp de joacă și oportunități egale de acces la activitățile culturale sau artistice.
12. Statele trebuie să protejeze copilul de exploatarea economică și de munca ce se interferează cu procesul educațional sau care poate fi dăunătoare sănătății sau dezvoltării normale.
13. Copiii în detenție trebuie separați de adulți; ei nu trebuie să fie torturați sau să sufere cruzimi sau să fie supuși unui tratament degradant.
14. Nici un copil sub 15 ani nu trebuie să ia parte la conflicte armate. Copiilor expuși conflictelor armate trebuie să li se rezerve o protecție specială.
15. Copiii minorităților sau populației indigene trebuie să fie liberi în folosirea culturii, religiei sau limbii proprii.
16. Copiii care au suferit maltratări, au fost neglijați sau au fost în detenție trebuie să se bucure de tratament corespunzător sau îndrumare pentru recuperare sau reabilitare.
17. Copiii implicați în încălcări ale legilor penale trebuie să fie tratați într-un mod care să le dezvăluie sensul demnității și înțelegerea răului și care să aibă ca obiectiv reintegrarea lor în societate.

Toate drepturile sunt rezervate O.N.U.

## A TRECE PESTE LINIE

### OBIECTIVE

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să identifice drepturile omului;
2. să identifice ce drepturi ale omului sunt încălcate în diverse situații;
3. să explice cum poate hărțuiala să violeze drepturile omului;
4. să descrie un conflict legat de unul din drepturile omului;
5. să descrie trei moduri în care oamenii aflați în conflict s-ar putea comporta astfel încît să nu fie vorba de încălcări ale drepturilor omului;
6. să descrie trei moduri în care oamenii aflați în conflict s-ar putea comporta astfel încît să fie vorba de încălcări ale drepturilor omului;
7. să joace un rol într-o situație conflictuală legată de drepturile omului.

### CONCEPTE-CHEIE

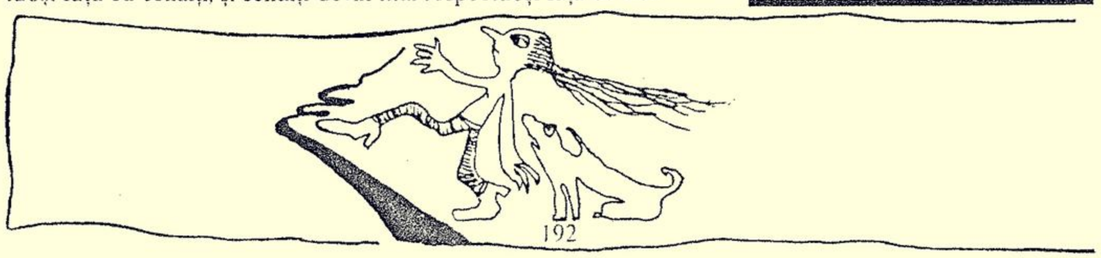
Atitudine
Comportament
Analiza conflictelor
Sentimente
Drepturile omului

### INFORMAȚII PRELIMINARE

Prin conștientizarea drepturilor omului, de care beneficiem noi toți, putem folosi aceste cunoștințe în mod constructiv în situații conflictuale. Putem deveni mai conștienți de limitele comportamentului nostru. Și putem să fim în alertă în situația în care suntem pe punctul de a depăși granițele și a viola drepturile umane fundamentale ale altcuiva. În consecință, devenim mai respectuoși față cu ceilalți, și ceilalți devin mai respectuoși față de noi.

### INFORMAȚII PENTRU PROFESORI

Elevii pot avea dificultăți în înțelegerea modului în care consecințele încălcării drepturilor omului limitează căile prin care un conflict poate fi rezolvat. Aceasta este o idee matură și complexă. Pentru a ajuta elevii să înțeleagă ideea, puteți demara activitatea cu un rol într-o piesă: elevii vor interpreta o situație în care drepturile fundamentale ale omului sunt violate. De exemplu, să presupunem că unul din drepturile fundamentale ale omului identificat este „dreptul la egalitate". Un rol în acest sens poate fi realizat de un grup de prieteni care nu permit unui nou elev să se joace cu mingea lor.





Pentru a facilita următoarele activități, subliniați importanța a trei idei. *Prima — oamenii trebuie să se respecte între ei, fiind atenți să nu încalce drepturile fundamentale ale celorlalți. A doua — fiindcă toți suntem oameni, noi avem în mod egal aceleași drepturi fundamentale.A treia idee este aceea că avem întotdeauna libertatea de a alege modul cum să acționăm.* Respectarea drepturilor celorlalți este o opțiune. În final, elevii pot alege și varianta respectării celorlalți; dar lor trebuie să li se dea șansa să exploreze situația în care, prin respectarea drepturilor celorlalți, îi ajută pe ceilalți, societatea și pe ei înșiși să se dezvolte și să se maturizeze.

De exemplu, este foarte dificil pentru elevi să lucreze împreună pentru finalizarea unui proiect al clasei dacă ei nu respectă fiecare drepturile pe care le au ceilalți. Să presupunem că tot timpul un elev din grup nu este de acord cu alt elev, el/ea lovindu-i pe ceilalți elevi în față. Nimic nu se va realiza vreodată în acest grup, deoarece drepturile omului sunt încălcate (elevul nu are dreptul să lovească alt elev în față). Lovirea elevilor afectează pe TOATĂ LUMEA din grup, fiindcă proiectul nu poate fi finalizat și fiindcă fiecare membru al său suferă consecințele. În mod similar cu societatea, grupul nu poate să crească și să se dezvolte dacă membrii lui încalcă drepturile fundamentale ale omului.

Dacă apare o dilemă, gîndiți-vă cum se poate ea rezolva. Să presupunem că un grup de elevi lucrează împreună la realizarea unei sarcini. Grupul tachinează în mod constant pe unul dintre elevi în așa fel încît el/ea se simte complet deprimat/ă și nefericit/ă. Chiar și fără ajutorul acestei persoane, grupul este în stare să-și ducă sarcina la bun sfîrșit. Așa că, în acest caz, de ce nu este voie ca grupul să-l tachineze pe acel elev? Ce ar putea determina grupul să se oprească din hărțuirea elevului?

Cercetările au arătat că, în cazul în care copiii iau în considerare consecințele comportamentului lor, ei sunt mai puțin tentați să încalce drepturile omului. Elevii trebuie să înțeleagă că una din consecințele tachinării sau lovirii altcuiva este aceea că ei înșiși devin mai puțin cooperanți. De exemplu, elevii din grup ar putea opri hărțuirea acelui membru al grupului dacă se vor gîndi la posibilele consecințe dureroase ale hărțuielii: 1) prin hărțuială, elevii din grup devin oameni necooperanți, 2) elevul hărțuit ar putea contribui în altă situație cu o mulțime de lucruri pentru grup, 3) elevul care a fost hărțuit va deveni nefericit și deprimat și așa mai departe.

### MATERIALE

Fișa de activitate a elevului „A trece peste linie".

### ACTIVITATE

1. Completați punctele # 2 și 3 ale activităților din lecția anterioară „Scutul meu de protecție", încurajînd clasa să identifice cît mai multe drepturi ale omului.
2. Numărați cîte drepturi ale omului au fost identificate. Împărțiți clasa într-un număr similar de grupe. Dacă, de exemplu, au fost identificate zece drepturi ale omului, împărțiți clasa în zece grupe .(Fiți sigur că sunt totuși cel puțin doi elevi în fiecare grupă.) Înmînați fiecărei grupe o copie din Fișa de lucru a elevului „A trece peste linie".
3. Atribuiți fiecărei grupe un drept al omului de pe listă.
4. Îndemnați fiecare grupă să se gîndească la o situație conflictuală legată de drepturile omului care le-au fost atribuite.
5. Cereți fiecărei grupe să discute și să dea răspunsuri la întrebările de pe Fișa de lucru a elevului „A trece peste linie".
6. Cînd toate grupele au terminat de răspuns la întrebări, clasa va forma un cerc mare. Fiecare grupă va comunica răspunsurile ei la întrebări.
7. Aveți grijă ca înainte de a-și explica ideile, elevii să comunice clasei la început despre încălcarea căror drepturi ale omului au discutat.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Elevii sunt oameni și de aceea au și ei drepturi fundamentale (exact ca și ceilalți oameni). Ce ar putea face cineva elevilor ca să le pericliteze unul sau mai multe drepturi fundamentale?

* Priviți lista drepturilor fundamentale ale omului. Care este cel mai ușor de încălcat într-o situație conflictuală?
* Ce este hărțuiala? Ce exemplu de hărțuială a cuiva de către cineva puteți da? Cum poate hărțuiala să constituie o violare a drepturilor omului? Ce puteți face cînd cineva vă hărțuiește?
* Profesorii sunt oameni și de aceea au și ei drepturi fundamentale (la fel ca ceilalți oameni). Pot drepturile pe care le au profesorii să fie vreodată violate? Care sunt cîteva situații uzuale în care drepturile profesorilor sunt violate la școală?

## ACTIVITATE DE CONSOLIDARE

Dați fiecărui elev o foaie de hîrtie. Cereți-le să deseneze o linie verticală ce împarte pagina în două. Timp de o săptămînă, elevii vor trebui să noteze fiecare conflict pe care l-au văzut în școală pe partea stîngă a foii de hîrtie. Pe partea dreaptă a foii vor nota ce drepturi ale omului cred ei că au fost încălcate în timpul conflictelor.

După ce elevii au completat foaia, cereți întregii clase să alcătuiască o listă cu cele mai obișnuite situații în care drepturile elevilor au fost încălcate. Scrieți lista pe tablă. Stimulați o discuție despre modurile în care conflictele au fost rezolvate fără a se încălca drepturile omului.

## ACTIVITATE SUPLIMENTARĂ

Următoarea activitate nu este numai distractivă, ci și foarte educativă. Elevii trebuie să ia decizii dificile legate de linia ce delimitează ceea ce este o încălcare a drepturilor omului de ceea ce nu este o încălcare a drepturilor acestora. Împărțiți elevii în două grupe. Citiți fiecărei grupe unul din scenariile prezentate mai jos (lista se găsește sub titlul: „Am eu dreptul să spun asta?"). Grupelor li se dau apoi 15 minute pentru a-și pregăti rolurile pe care le vor avea în scenariu. Fiecare grupă își joacă apoi rolul ei în fața clasei. După fiecare rol jucat, clasa discută dacă situația descrisă a reprezentat o încălcare a drepturilor omului. Dacă elevii cad de acord că drepturile omului au fost violate, atunci ei vor încerca să determine care au fost aceste drepturi încălcate. Ei trebuie să gîndească la modurile în care au acționat personajele pentru protejarea drepturilor. Dacă rămîne timp, elevii pot crea noi roluri în care personajele apără drepturile omului.

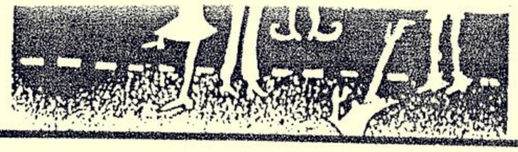
Această activitate vă va face pe dumneavoastră și pe elevii dumneavoastră să vă simțiți într-un fel vulnerabili. Încercați să vă încurajați elevii (și chiar pe dumneavoastră) să nu fie defensivi. E nevoie uneori de o mare doză de curaj pentru a da naștere schimbărilor în societate, dar o puteți face!

## AM EU DREPTUL SĂ SPUN ASTA?

Următoarele scenarii sunt părți din Activitatea suplimentară explicată mai înainte.

1. Un frate și o soră (sau doi frați sau două surori) se ceartă, țipă și se lovesc reciproc.
2. Profesorul înapoiază elevilor lucrările pe care le-a corectat. Unul din elevi, gelos că alt elev a luat o notă mai bună decît a lui, modifică notițele acestuia cu formule matematice incorecte.
3. Un copil are o petrecere de ziua lui și îi/le are ca invitați/invitate pe toți prietenii/prietenele lui. În mijlocul petrecerii, mama copilului sărbătorit țipă la el în fața tuturor prietenilor lui.
4. Un elev muncește din greu la un proiect pentru școală și profesorul trebuie să se întîlnească cu el /ea pentru a discuta proiectul. La ora fixată, elevul îl așteaptă pe profesor. Dar profesorul nu mai vine.
5. Elevii tachinează un coleg/o colegă și-i spun lui/ei că el /ea arată caraghios.
6. Un elev este foarte supărat fiindcă el/ea are o problemă în familie. În fundul clasei, el îi povestește unui coleg despre problema lui. Profesorul îl aude vorbind și-i cere să părăsească clasa pentru că nu păstrează liniștea.
7. Un elev a avut un comportament greșit. Profesorul îi ordonă lui/ei să stea la colț în următoarele două ore.
8. Înainte să înceapă ora de clasă, un elev spune ceva urît despre un profesor pe holul școlii. Cîțiva elevi rîd. Profesorul și restul clasei se fac că nu aud remarca elevului.





## *A TRECE PESTE LINIE*

## *FIȘA DE LUCRU A ELEVULUI*

*Numele*_____ *Data*_____

**INDICAȚII.** Discutați și răspundeți la următoarele întrebări:

1. Descrieți acel drept al omului pe care îl discută grupa voastră.

2. Care este situația conflictuală legată de acest drept al omului?

3. Enumerați trei moduri în care se pot comporta oamenii într-un conflict astfel încît să nu existe încălcări ale drepturilor omului. Dați exemple concrete.
   1)
   2)
   3)

4. Enumerați trei moduri în care s-ar putea comporta oamenii aflați în conflict, astfel încît să aibă loc o încălcare a drepturilor omului, așa cum ați descris-o mai sus. Dați exemple concrete.
   1)
   2)
   3)

5. Cum sunt limitate opțiunile oamenilor prin încălcarea drepturilor omului?

6. Cum pot oamenii aflați într-un conflict să-și exprime sentimentele și să rezolve conflictul fără a încălca drepturile omului?

# *VARIAȚIUNI PE ACEEAȘI TEMĂ*

## *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să descrie relația dintre drepturi și responsabilități în situații conflictuale;
2. să stabilească un cod de comportament responsabil pentru rezolvarea conflictelor.

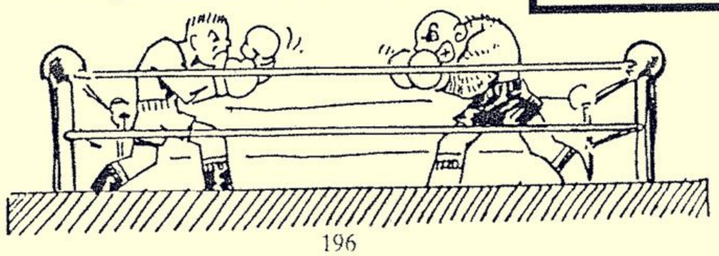
## *CONCEPTE-CHEIE*

Rezolvarea conflictelor
Drepturile omului
Norme sociale

## *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Cînd suntem în public, observăm adeseori că oamenii luptă să-și rezolve conflictele. Vedem oameni care se ceartă în piață, în parc sau în mijloacele de transport în comun. În cea mai mare parte a timpului, oamenii au dificultăți în a-și rezolva conflictele, deoarece le lipsesc abilitățile necesare. De aceea, conflictele sunt uneori dificil de rezolvat, fiindcă o persoană (sau un grup) aflată în conflict încearcă în mod deliberat să se înfurie sau să rănească cealaltă persoană (sau celălalt grup). Dacă o persoană încearcă să umilească atît de mult o altă persoană în public, imaginați-vă cum vor decurge lucrurile în particular!

Comportarea noastră în situațiile conflictuale este guvernată de diferite norme. De aceea, modul cum acționăm într-o situație de conflict este diferit de modul în care acționăm într-o situație normală. De exemplu, în cazuri normale, nu este potrivit din punct de vedere social să vorbești pe un ton înalt sau să lovești pe cineva. Dar normele sociale sunt diferite în situații conflictuale. Nu vă va surprinde să vedeți doi oameni într-o situație conflictuală că țipă sau că se lovesc reciproc.



## *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

După realizarea acestei lecții, puteți permite elevilor să se uite în „Declarația Universală a Drepturilor Omului" și să decidă, lucrînd pe grupe mici, care drepturi sunt cel mai ades încălcate în viața privată. Cereți elevilor să propună măsuri pentru a fi siguri că acele drepturi ale omului nu mai sunt încălcate. „Declarația Universală a Drepturilor Omului" poate fi găsită la pagina 190.



De fapt, normele sociale care există în situații de conflict determină adeseori ca metodele violente de rezolvare a conflictelor să apară ca acceptabile din punct de vedere social și să fie tolerate. Gîndiți-vă că metodele violente de rezolvare a conflictelor nu sunt, de regulă, nimic mai mult decît încălcări ale drepturilor omului.

În situații diverse, suntem influențați de norme diferite. De exemplu, modul în care acționăm într-o situație conflictuală diferă în funcție de situația locală. Dacă avem un conflict într-un loc public, nu putem să țipăm atît de tare sau să acționăm agresiv, așa cum am putea face într-un loc privat (cum ar fi un apartament).

Crearea de noi norme pentru a permite abordarea conflictelor nu este ușoară, dar este unul din obiectivele pe termen lung ale programelor de „învățare a artei de a face față conflictelor". Noi vrem să-i ajutăm pe elevi să înțeleagă că sunt mai multe moduri de a rezolva un conflict în afară de folosirea modului agresiv (normelor).

Următoarea activitate permite studenților să înțeleagă cum ne influențează normele sociale comportamentul. De pildă, dacă au de-a face cu același conflict în diferite locuri, ei pot acționa în mod diferit. Într-un loc ei se pot certa cu un prieten pe un ton coborît, în alt loc pot încălca drepturile omului prin lovirea altei persoane fără nici o justificare.

Care este opțiunea viabilă pentru modul în care elevii au reacționat în aceste situații conflictuale? Pentru a rezolva efectiv un conflict fără a încălca drepturile omului, elevii pot: 1) să evite rănirea altor persoane în timpul conflictului și 2) să se protejeze pe ei în același mod.

## *MATERIALE*

Fișa de activități a elevului „Variațiuni pe aceeași temă".

## *ACTIVITATE*

1. Înmînați elevilor Fișa de activitate a elevului „Variațiuni pe aceeași temă" și cereți-le s-o completeze.
2. Împărțiți elevii în perechi și cereți-le să-și compare răspunsurile.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

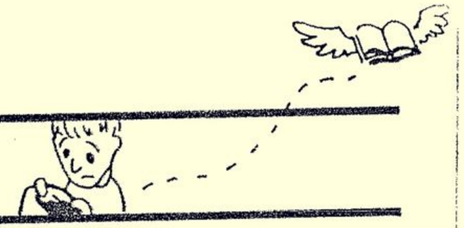
* Cîți oameni decid să acționeze diferit în condiții diverse? De ce?
* În ce condiții veți decide să încălcați drepturile omului și să-l răniți pe colegul vostru (fie fizic, fie mental)? De ce ați decis să-l răniți pe colegul vostru în anumite condiții și de ce nu în alte condiții?
* Ce este respectul? De ce este important să respectăm drepturile celorlalte persoane?
* Cînd suntem într-un conflict, care sunt unele din drepturile pe care le avem?

Exemplu de răspunsuri:

a) Avem dreptul să încercăm să rezolvăm problema.

b) Avem dreptul să o iertăm pe cealaltă persoană sau să fim iertați.

c) Avem dreptul să învățăm din greșelile noastre astfel încît să ne putem schimba punctul de vedere.



## FIȘA DE LUCRU A ELEVULUI

*Numele*_____ *Data*_____

Imaginați-vă următoarea situație: săptămîna trecută ați avut un examen. Aveați o stare de nervozitate legată de acel examen, fiindcă doreați să-l treceți cu succes. În noaptea premergătoare examenului, v-ați căutat în ghiozdan pentru a lua o carte pe care s-o studiați. Cartea nu era acolo! Ați devenit foarte nervos. Ați căutat cartea prin toată camera. Nu ați putut s-o găsiți nicăieri. V-ați uitat din nou în ghiozdan, unde se afla un bilet de la prietenul vostru. Pe bilet scria: „Mi-am pierdut cartea, așa că am împrumutat-o pe a ta. Ți-o înapoiez mîine". Prietenul vostru a luat cartea fără să-și ceară permisiunea. Acum nu mai puteți studia pentru examen!

În ziua următoare, v-ați văzut prietenul. Descrieți ce i-ați spune și cum ați reacționa dacă ajungeți cu prietenul vostru în una din următoarele situații:

1. Cum ați reacționa și ce i-ați spune prietenului dacă l-ați întîlni într-o clasă goală?

2. Cum ați acționa și ce i-ați spune prietenului dacă l-ați întîlni în parc și prin apropiere ar fi un ofițer de poliție?

3. Cum ați reacționa și ce i-ați spune prietenului dacă l-ați întîlni singur pe stradă în acea seară?

4. Cum ați reacționa și ce i-ați spune prietenului dacă l-ați întîlni în timp ce el/ea vorbește cu părinții voștri?





## OBIECTIVE

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1) să identifice și să discute încălcări ale drepturilor omului care apar în școală;
2) să identifice și să discute soluțiile posibile pentru unele din încălcările drepturilor omului din școală.

## CONCEPTE-CHEIE

Drepturile omului
Conflicte școlare

## INFORMAȚII PRELIMINARE

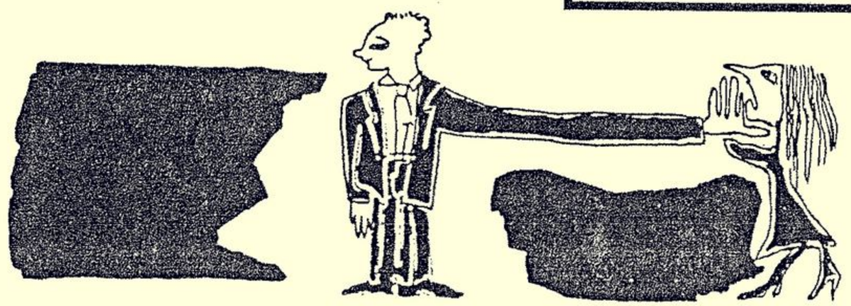
Drepturile omului sunt încălcate adeseori sistematic în școli. Profesorii, elevii și părinții se plîng de încălcarea drepturilor omului. Totuși, numai o mică parte din cercetările făcute în legătură cu aceste plîngeri au examinat și au încercat să identifice zonele-problemă legate de respectarea drepturilor omului în școală. Școala are nevoie de structuri prin care să implementeze drepturile omului și prin care să se asigure că ideile privind drepturile omului sunt respectate și nu încălcate de oricine din școală.

Activitatea prezentă permite elevilor să analizeze ce tipuri de încălcări ale drepturilor omului apar în legătură cu școala lor. Elevii vor pune la punct, de asemenea, un „sistem" pentru a reduce numărul de încălcări ale drepturilor omului.

## INDICAȚII PENTRU PROFESORI

Această activitate este foarte importantă pentru elevi, căci le permite să se gîndească la modul în care sunt încălcate zilnic drepturile omului în propriul lor mediu. Dar prin facilitarea și participarea la această activitate, atît dumneavoastră, cît și elevii vă puteți simți într-un anume fel vulnerabili. Încercați să încurajați elevii (și pe dumneavoastră) pentru a fi deschiși și pentru a nu vă plasa în defensivă.

Aveți în vedere că ar putea dura cîteva minute pînă cînd elevii vor începe să vorbească despre încălcarea drepturilor omului în care sunt implicați profesori. În ideea ca această activitate să devină eficientă, vă puteți întreba elevii direct despre cazuri concrete cînd profesorii au încălcat drepturile omului. (Amintiți clasei să nu folosească numele reale ale persoanelor.) Aceasta nu va fi ușor pentru dumneavoastră, dar se cere curaj pentru a crea o lume mai pașnică.



## *MATERIALE*

Hîrtie şi creioane

## *ACTIVITĂŢI*

1. Explicaţi elevilor că încălcări ale drepturilor omului apar chiar şi în interiorul şcolii lor. Elevii, profesorii şi părinţii au perioade dificile, atunci cînd drepturile lor fundamentale au fost încălcate.
2. Cereţi elevilor să prezinte clasei orice încălcare a drepturilor omului pe care au remarcat-o în şcoală. Amintiţi elevilor să nu folosească numele adevărate ale celor ce au făcut-o. Această activitate trebuie să dureze aproximativ zece minute.
3. Discutaţi despre diferite încălcări cu elevii (încălcări similare pot fi combinate). Cereţi elevilor să descrie ce tip de conflict a fost generat înainte sau în timpul fiecărei încălcări.
4. Cereţi elevilor să grupeze diferitele încălcări în idei principale. (Este posibil ca în acest moment să ajutaţi grupele. De exemplu, să presupunem că unele din încălcări au fost: un elev îl loveşte pe un alt elev, un profesor îl loveşte pe un elev şi un elev îl loveşte pe un profesor. Aceste încălcări pot fi grupate sub ideea principală: „Dreptul la siguranţa corpului fiecăruia".)
5. După ce toate sugestiile au fost clasificate, împărţiţi elevii în grupe (acelaşi număr de grupe ca numărul ideilor principale). Fiecărei grupe i se atribuie o altă idee principală.
6. Cereţi fiecărei grupe să se gîndească la modurile în care pot fi stopate încălcările drepturilor omului conexe ideii principale ce le-a fost repartizată.
7. Fiecare grupă va descrie pe scurt pe o foaie de hîrtie sugestiile ei.
8. Fiecare grupă prezintă celorlalţi ideea ei despre modul cum pot fi oprite încălcările drepturilor omului.
9. Clasa copiază recomandările şi sugestiile într-un mic carnet. Copii ale acestui carnet pot fi date celorlalţi profesori, elevilor, directorului, membrilor consiliului de administraţie al şcolii, părinţilor etc.

## ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUŢII

* Care sunt cîteva din exemplele de conflicte din şcoală în care drepturile omului sunt încălcate? Care sunt unele din modurile în care conflictele pot fi rezolvate fără ca cineva să fie jignit sau să fie încălcate drepturile omului?
* Au oare profesorii şi elevii aceleaşi drepturi fundamentale? De ce le au sau de ce nu le au?
* Ce înseamnă să „respecţi drepturile fundamentale ale omului" făcînd referire la o persoană oarecare? Care sunt modurile în care noi putem determina şi alte persoane să cunoască faptul cît de important este să respectăm drepturile fundamentale ale omului, indiferent de persoană?

## ACTIVITĂŢI SUPLIMENTARE

### Informaţii preliminare

Există cel puţin patru surse de conflicte în şcoală.

Prima: şcolile dispun în mod sistematic de modalităţi rigide pentru a rezolva conflictele. De aceea, această rigiditate poate proteja drepturile elevilor, dar poate bloca gîndirea creativă referitoare la conflicte. Elevii sunt deseori obişnuţi cu moduri mai puţin formale de a aborda conflictele, mai ales din relaţiile din familie.

A doua: ierarhia şcolii (relaţiile dintre profesori şi elevi) distanţează profesorii de elevi şi poate da naştere conflictelor.

A treia: relaţiile dintre elevi; ele creează adeseori conflicte, raportate la valori, resurse, interese şi personalităţi.

A patra: şcoala forţează elevii să urmeze anumite norme (cum ar fi sositul la timp la ore).

Aceste norme por fi germenii conflictelor dacă elevii nu înţeleg de ce normele şi regulile trebuie urmate.



### Activitate

Elevii vor face o listă cu primele trei conflicte mai neplăcute din şcoală. Spuneţi elevilor să treacă pe listă numai acele conflicte pe care cred că le pot prezenta celorlalţi elevi din clasă. Împărţiţi elevii pe perechi. Elevii din fiecare pereche vor face brainstorming pentru a găsi strategii acceptabile de rezolvare a conflictelor. Cereţi elevilor să încerce să decidă asupra strategiilor ce nu încalcă drepturile fundamentale ale omului.

**Nota profesorului:** Dacă şcoala dispune deja de astfel de metode şi proceduri, în loc să punem în discuţie încălcarea drepturilor omului, discutaţi-le pe acestea cu elevii. Este necesar ca ei să înţeleagă că a fost făcut deja un efort. Discuţia poate face ca elevii să înţeleagă de ce anumite proceduri sunt parte a politicii şcolii lor.

## *CUM CREĂM O ACTIVITATE DE ÎNVĂȚARE A ARTEI DE A FACE FAȚĂ CONFLICTELOR?*

### *OBIECTIVE*

După realizarea acestei lecții, elevii vor fi capabili:

1. să identifice cele mai importante concepte privind arta de face față conflictelor;
2. să evalueze progresele proprii în abordarea conflictelor;
3. să demonstreze abilitățile lor de lideri.

### *CONCEPTE-CHEIE*

Comunicare
Analiza conflictelor
Rezolvarea conflictelor
Competențe de conducere
Autoevaluare

### *INFORMAȚII PRELIMINARE*

Această activitate le dă elevilor oportunitatea să-și folosească diverse competențe pe care și le-a format deja. Este o activitate importantă pentru că permite elevilor să gîndească cum sunt conectate între ele diferite elemente ale artei de a face față conflictelor. De exemplu, elevii pot aprecia competențele de comunicare și cum pot ele să contribuie la perfecționarea competențelor lor de a face față conflictelor.

### *MATERIALE*

Fișa de lucru a elevului „ Reflecții despre mine ", hîrtie, creioane.

### *ACTIVITĂȚI*

1. Spuneți elevilor că vor trebui să conceapă un Program pentru a face față conflictelor.

### *INDICAȚII PENTRU PROFESORI*

Aceasta este o activitate excelentă pentru a favoriza sentimentul de încredere în sine și sentimentul de putere al elevilor. Elevii au nevoie de foarte mult ajutor din partea dumneavoastră pentru a sta în fața clasei și a le vorbi celorlalți. În această activitate sunt incluse modurile specifice de creare a unei „atmosfere plăcute" pentru elevi.

Activitatea pusă la punct de către elevi poate fi baza propriei lor cărți despre arta de a face față conflictelor. Cartea poate să fie prezentată la școală pentru a fi folosită și de către ceilalți profesori.



2. Explicați clasei că fiecare elev va concepe propria lui/ei activitate de a face față unui conflict.Unul din primii pași la care trebuie să ne gîndim este ceea ce dorim să punâ în evidență proiectul: care sunt cele mai importante părți ale unui program de a face față conflictelor?
3. Solicitați fiecărui elev o listă cu cele mai importante trei puncte ale unui program de a face față conflictelor.De exemplu, un elev ar putea să scrie că programul lui /ei subliniază „renunțarea la luptă, abilități de comunicare eficientă și toleranță față de ceilalți".
4. Apoi, dați fiecărui elev o bucată de hîrtie. Elevii vor trebui să conceapă o reclamă pentru programul lor. Cereți elevilor să fie cît mai creativi în timp ce-și desenează reclama.
5. Adunați desenele. Arătați-le clasei unul cîte unul și cereți elevilor să ghicească cine a desenat fiecare reclamă.
6. Dacă este suficient timp, (posibil și în altă zi ) puteți continua activitatea. Cereți elevilor să se împartă în grupe de 4 pînă la 6 persoane.
7. Cereți-le să se gîndească la o activitate pentru învățarea ideilor pe care ei le cred importante pentru a face față conflictelor. De exemplu, elevul care a scris „renunțarea la luptă" ar putea să creeze o activitate care să-i învețe pe elevi strategiile nonviolente pentru aplanarea unui conflict.Totuși, crearea de activități poate părea o sarcină puțin cam dificilă pentru copii, dar cu puțină încurajare și cu un sprijin adecvat, copiii pot crea ei înșiși activitățile lor. Dacă elevilor li se pare că sarcina este prea dificilă pentru a o executa, amintiți-le despre activitățile de învățare a artei de a face față conflictelor la care au participat deja; explicați-le că ei pot modifica una din aceste activități.
8. Cereți grupelor să prezinte activitatea lor clasei.

NOTĂ: Aveți în vedere că mulți copii pot să fie nervoși sau să dea dovadă de neîncredere în ei în momentul cînd se află în fața clasei și-și prezintă activitatea.De aceea, înainte ca fiecare grupă să-și expună activitatea, este important să creați o „atmosferă de încredere" pentru elevi. Spuneți clasei că înțelegeți că unii oameni sunt nervoși sau că nu se simt în largul lor cînd conduc o dezbatere sau cînd vorbesc în fața celorlalți. Explicați clasei că atît timp cît o grupă desfășoară o activitate, toată clasa trebuie să urmeze anumite reguli:

1. Toată lumea trebuie să asculte grupa care conduce discuția.
2. Nimeni nu trebuie să întrerupă sau să ironizeze grupa care conduce discuția.
3. Toată lumea trebuie să fie respectuoasă față de grupa care conduce discuția.

   Aveți în vedere faptul că, dacă un elev este extrem de emoționat sau de agitat privind prezentarea în fața clasei, el/ea nu trebuie să fie forțat/ forțată să o facă.
4. Iată cîteva din întrebările pentru discuții pe care le veți pune elevilor care și-au creat propria activitate de învățare a artei de a face față conflictelor. Aceste întrebări pot fi puse fiecăreia sau tuturor grupelor care și-au prezentat activitatea.

### ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

* Ce ați simțit cînd ați condus clasa în timpul unei activități?
* Ce gînduri v-au trecut prin cap în timpul în care ați condus grupa?
* Care a fost dificultatea în crearea activității voastre de a face față conflictelor?
* Care sunt cele mai importante puncte de accentuat atunci cînd predați gestiunea conflictelor ?

### ACTIVITATE SUPLIMENTARĂ I

Fiecare grupă care a creat o activitate de a face față conflictelor își va descrie activitatea pe hîrtie. Toate aceste activități pot fi asamblate, creînd un „program" de a face față conflictelor. Elevii din clasă pot proiecta un plan de predare/

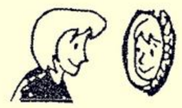
învățare a programelor lor de a face față conflictelor pentru alți elevi din alte clase. Ei pot merge la clasele mai mici pentru a facilita astfel de activități. În afară de a a folosi activități din „curriculum-ul" lor, ei pot folosi, de asemenea, activități care au fost deja experimentate în clasa lor.

## ACTIVITATE SUPLIMENTARĂ II

Împărțiți elevilor Fișa de lucru a elevului „Reflecții despre mine". Cereți-le s-o completeze. Ei vor încerca să definească 1) cel mai serios conflict al lor, 2) unele gînduri și intenții pozitive pe care le-au avut întotdeauna în încercarea de rezolvare a conflictelor, 3) unele gînduri sau intenții pozitive pe care le-au schimbat recent datorită lecțiilor de învățare a artei de a face față conflictelor și 4) cîteva moduri în care ei pot aduce îmbunătățiri în abordarea pe viitor a situațiilor conflictuale.



## *REFLECȚII DESPRE MINE*



## *FIȘA DE LUCRU A ELEVULUI*

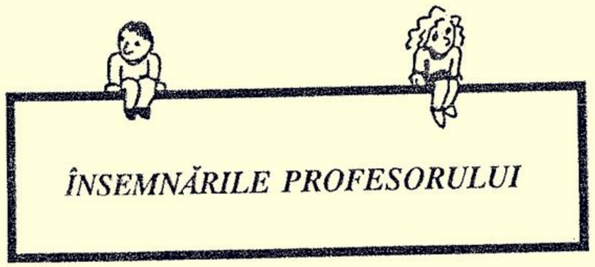
*Numele*_____ *Data*_____

Cele mai grave conflicte ale mele sunt...

Cîteva gînduri pozitive pe care le-am avut întotdeauna în încercarea de a rezolva conflictele mele sunt...

Unele gînduri pozitive pe care mi le-am schimbat recent datorită acestui curs sunt...

Pot să rezolv conflictele cu mai mult succes în viitor dacă ...






# *PARTEA A II-A*

# *MEDIEREA ELEVILOR: PREGĂTIRE ȘI IMPLEMENTARE*

(Această secțiune este separată. Poate fi folosită împreună cu Partea I sau ca un program independent.)

# *MEDIEREA ELEVILOR: INTRODUCERE*

Elevii sunt într-un conflict continuu, încercînd mereu să rezolve diferite probleme: de la cine este mai inteligent într-un grup pînă la cel care ar trebui să fie căpitanul unei echipe sportive.

– Joseph mi-a spus că mint!

– Jurgis m-a lovit!

– Branka m-a bîrfit!

În fiecare zi oamenii sunt puși în multe situații conflictuale — interne sau interpersonale. Conflictele interne sunt cele care apar în mintea și inima noastră, ca atunci cînd ne gîndim dacă e bine să spunem un secret. Conflictele interpersonale sunt între individ și ceilalți membri ai grupului, ca atunci cînd ne contrazicem cu altcineva din familie pentru a decide al cui rînd este să meargă la magazin să cumpere pîine. Acum opriți-vă puțin din citit și gîndiți-vă la cîte situații conflictuale interne și interpersonale sunteți obligați dv. și elevii dv. să faceți față zi de zi. Dacă oamenii ar avea nevoie de o strategie specifică pentru rezolvarea fiecărui conflict, nimeni n-ar mai ajunge la nici un rezultat.

Din fericire, dv. și elevii dv. puteți rezolva, de obicei, conflictele folosind tehnicile potrivite ale rezolvării conflictelor (cum ar fi: ascultare atentă, comunicare respectuoasă, empatie). Majoritatea oamenilor și-au dezvoltat strategii personale pentru situațiile conflictuale, care se rezolvă, de obicei, fără prea multă bătaie de cap.

Dar ce se întîmplă cînd doi elevi sunt atît de furioși unul pe altul, încît nu par să fie în stare să-și rezolve singuri conflictul? Ce se întîmplă cînd doi prieteni se ceartă și apoi unul nu vrea să mai vorbească cu celălalt? Sau ce se întîmplă cînd un profesor și un elev nu se înțeleg asupra unei note și nici unul nu acceptă că a greșit?

**Elevii mediatori** sunt cei pregătiți pentru a facilita discuția dintre elevi sau grupuri în vederea găsirii unei soluții. Țelul lor este de a le oferi părților adverse un forum pentru o mai bună comunicare și înțelegere, care duce deseori la o soluție acceptabilă pentru toată lumea. Prin învățarea tehnicilor rezolvării conflictelor cît mai devreme, elevii își dezvoltă aptitudini folositoare pentru tot restul vieții lor.

## *MEDIEREA ELEVILOR:*

### *SCOP*

**Medierea elevilor are multe funcții:**

**1. Creează o alternativă pentru rezolvarea conflictelor.**

În multe școli, elevii cred că au doar trei căi de a-și rezolva conflictele: apelul la autoritate, bătaia și evitarea situației. Medierea elevilor oferă o a patra posibilă cale. Avînd în vedere că elevii sunt, de data asta, participanți activi, ajutîndu-și colegii să-și rezolve conflictele, procesul de mediere le dă mai multă satisfacție decît apelul la autoritate.

**2. Stabilește că și conflictul poate fi un proces constructiv.**

Elevii mediatori sunt modele; mesajul lor este că un conflict poate fi rezolvat *de înșiși cei implicați* în conflict, fără violență și țipete. Elevii văd mai bine partea pozitivă a conflictului și sunt mai corecți, pentru că un conflict este văzut și ca o *posibilitate.* Să presupunem, de exemplu, că doi elevi, Lajos și Elzbieta, țipă unul la altul. Deși sunt din ce în ce mai furioși, în loc să se ia la bătaie, ar putea hotărî să solicite ajutorul colegilor lor pentru rezolvarea problemei.

În Statele Unite, cercetările au demonstrat că medierea elevilor reduce absenteismul, vandalismul și eliminările[1]. Studenții din școlile cu programe de mediere sunt mai toleranți față de ceilalți — oameni, culturi sau etnii.

În multe conflicte, oamenii nu vor să renunțe la poziția lor. Ei spun că nu se va ajunge la nici un acord dacă nu cedează partea adversă. Acest tip de conflict este de tipul totul-sau-nimic și se numește *conflict pozițional*. Datorită faptului că medierea elevilor le oferă acestora un cadru mai larg de cooperare, sunt mai multe decizii împărtășite de toți (cîștig/ cîștig) și mai puține decizii totul-sau-nimic (cîștig/ pierdere) decît în cazul în care autoritatea școlii se implică în conflict. De exemplu, dna Walker, profesoară, trecea pe coridor și a auzit doua eleve, Fanny și Sophie, vorbindu-și urît. Cînd au văzut-o, ele au tăcut brusc. Dna Walker și-a dat seama că trebuie să acționeze imediat. Avea de ales între două posibile reacții: 1) Să decidă cine e de vină și cine nu (decizie totul-sau-nimic) și să o pedepsească pe vinovată, sau 2) Să le sugereze celor două medierea elevilor. Hotărîrea pentru a doua posibilitate s-a dovedit o soluție bună, facilitînd mult comunicarea.

**3. Îmbunătățește relațiile dintre elevi.**

Medierea este un proces sistematic. Elevii în conflict au posibilitatea să vorbească, dar să și se asculte unii pe alții. Tensiunile și ostilitățile sunt diminuate de prezența mediatorilor și de ideea că medierea e un proces în care toate părțile sunt deopotrivă respectate. Confidențialitatea medierii le dă încredere studenților să fie onești. O comunicare mai bună duce la relații mai bune.

Medierea poate îmbunătăți și climatul de după ceartă. Procesul se dovedește eficient nu numai în cazul conflictului imediat, ci și în ameliorarea, în timp, a relațiilor dintre părțile aflate în conflict[2]. De exemplu, pentru elevii care sunt în permanent conflict, medierea are calitatea de a-i ajuta să-și schimbe comportamentul și să se raporteze mai bine unii la alții. Medierea s-a dovedit a îmbunătăți comunicarea dintre elevi, părinți, profesori și administrația școlii.

**4. Reduce constrîngerile disciplinei.**

Dacă elevii înșiși sunt mediatori, profesorii, pedagogii, psihologii, personalul școlii în general au mai puțin de lucru cu elevii aflați în situații conflictuale. Medierea are efect, de obicei, înainte de începerea violențelor și reduce astfel numărul de eliminări. De asemenea, pe măsură ce programul devine tot mai mult respectat, presiunea colegilor (dorința de a fi acceptat de colegi) face ca elevii să-și mențină hotărîrile luate în urma medierii.

**5. Pe lîngă rezolvarea conflictelor, te învață și procedeul.**

Studenții implicați în pregătirea pentru a deveni mediatori și în medierea efectivă învață tehnicile rezolvării problemelor și ale ascultării active, pe care le vor folosi toată viața. De asemenea, elevii învață tehnici de conducere.

**6. Încurajează idealurile democratice.**

Elevii învață să-și rezolve propriile probleme. Ei înțeleg ce înseamnă libertatea de alegere și sentimentul responsabilității și pot învăța din consecințele deciziilor lor. Elevii mediatori se simt de folos pentru că ajută comunitatea; sunt prețuiți și în școală, și în afara ei.

[1] Jacobsen, Michael G et. al. Effective School Climate: Roles for Peers, Practitioners and Principals. Rural Research Report, vol. 3(4), Spring, 1992.

[2] Kressel and Pruitt. Themes in the Mediation of Social Conflict. Journal of Social Issues, vol. 41(2), 1985.

## CUM ORGANIZĂM UN PROGRAM DE MEDIERE A ELEVILOR?

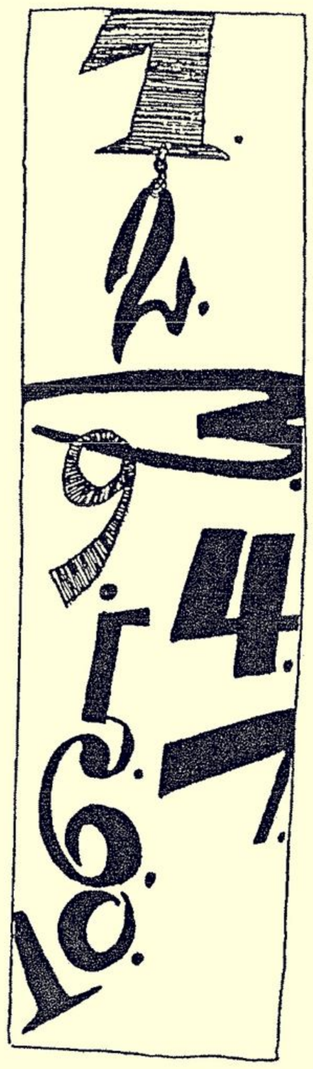
Există un plan detaliat, în zece sesiuni, pentru organizarea și menținerea unui program de mediere a elevilor.

Eficacitatea programului de mediere a elevilor depinde și de participarea activă a profesorului în acțiunile lor. Elevii vor vedea în profesor și un confident, nu numai un sfătuitor. Datorită acestui rol dublu, informațiile și tehnicile dobîndite vor fi mai ușor aplicate în viața lor de zi cu zi.





## *OBIECTIVELE CELOR ZECE SESIUNI:*



În următoarele zece sesiuni ne propunem să-i învățăm pe elevi tehnicile medierii. Această pregătire e foarte eficientă cînd se desfășoară în sesiuni lungi pe o perioadă scurtă de timp (de exemplu, 4-5 zile de școală complete), însă sesiunile mai scurte pe o perioadă mai mare de timp pot fi și ele folosite. Programul de mediere se desfășoară sub o altă formă decît activitățile aflate în programa școlară, prezentate în Partea I, căci pregătirea elevilor pentru mediere presupune un program sistematic, capabil să-i ajute să facă față responsabilităților. Dar lecțiile și activitățile pot fi adaptate în funcție de nevoile elevilor.

Fiecare sesiune ar trebui să dureze între 2 și 4 ore, în funcție de gradul de aprofundare a conceptelor. Unele sesiuni pot cuprinde mai mult material informativ și atunci vor dura mai mult; astfel, materialul anumitor sesiuni ar putea cere două sau trei întîlniri. Profesorul poate da o scurtă pauză elevilor dacă el consideră necesar. De asemenea, în timpul sesiunilor, dacă elevii nu mai au răbdare sau sunt obosiți, vă recomandăm: 1) să finalizați activitatea începută și apoi 2) să folosiți „spargerea gheții„ (apendice 2). Majoritatea conceptelor și tehnicilor se pot învăța prin joc și prin strategii de învățare prin experiență. Elevii învață, dar se și amuză în același timp, căpătînd o atitudine pozitivă asupra școlii și învățăturii.

Multe tehnici din programul de mediere a elevilor sunt tehnici de bază din rezolvarea conflictelor. Unele din sesiunile ce urmează vor cuprinde deci lecții din Partea I a acestei programe. Dacă grupul a participat deja la aceste lecții, aveți încă multe opțiuni viabile. Puteți:

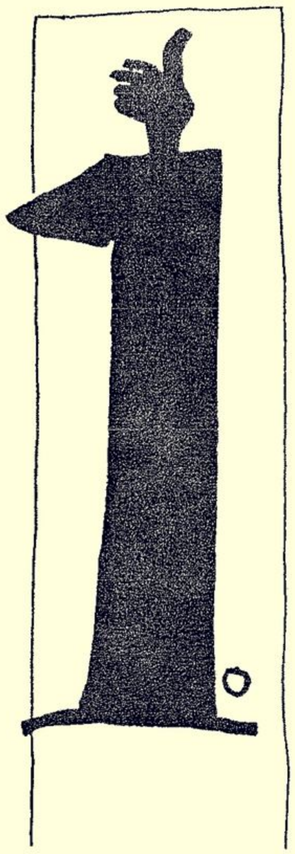
1. Să facilitați din nou activitățile pentru a reîmprospăta, reaminti sau perfecționa tehnicile. Acestea trebuie mereu exersate.
2. Să facilitați jocul pe roluri, folosind tehnicile învățate.
3. Să lăsați elevii să conducă activitățile. Aceasta le dezvoltă tehnicile dobîndite și aptitudinile de conducere.
4. Să fiți creativi și să organizați noi activități pentru accentuarea tehnicilor prezentate.

5. În grupuri mici, să le sugerați elevilor să se gîndească la activități noi pentru predarea tehnicilor respective. Elevii își pot prezenta activitățile grupului și acestea pot fi discutate.

Pentru a le prezenta elevilor activitatea de mediere, ați putea sugera unor elevi sau profesori să joace niște roluri (apendice 3 — „Cei trei purcelușI"). Într-un mod amuzant, jocul îi ajută pe spectatori să înțeleagă mai bine conceptele medierii. După ce elevii sunt pregătiți pentru mediere, pot ei să joace o piesă pentru ceilalți, explicînd ideea de mediere a elevilor.



## *MEDIEREA ELEVILOR — SESIUNEA ÎNTÎI*



### *OBIECTIVE*

După prima sesiune de pregătire pentru mediere, elevii vor putea:

1. Să creeze o definiție de lucru pentru mediere.
2. Să identifice situațiile conflictuale.
3. Să spună dacă sunt de acord să devină mediatori.

### *MATERIALE*

Hîrtie, creioane, tablă (sau foi mari de hîrtie albă), foi pentru activitatea elevilor: „Petrecerea", „Înainte să te bați", „Ai văzut?" și „Angajamentul mediatorului", o minge mică, o șosetă împachetată sau un cocoloș de hîrtie.

### *SESIUNE*

### *I. BUN VENIT/ SPARGEREA GHEȚII*

După ce au sosit toți elevii interesați, așezați-vă cu toții într-un cerc. Urați-le tuturor bun venit la sesiunea de pregătire pentru medierea elevilor. Explicați-le că, înainte de a începe, veți juca cîteva jocuri astfel ca toată lumea să se simtă bine și să se obișnuiască unii cu alții.

Spuneți-le elevilor că au zece secunde să se gîndească la o mișcare a corpului reprezentativă pentru fiecare. Cu cît mai creativi sunt, cu atît mai bine! De exemplu, un elev plin de energie, atletic, ar putea sări în sus și-n jos.

Prezentați-vă și arătați-le propria voastră mișcare. Acum, mergînd de jur împrejur, cereți-le să-și spună numele și să explice mișcarea făcută, dar să-și amintească și numele și mișcările tuturor celor dinainte.

### *II. ACTIVITĂȚI*

**<u>Pasul 1</u>: Încercăm să aflăm mai multe unii despre alții**

Și dv., și elevii va trebui să completați foaia de activitate „Petrecerea".

Acum spuneți-le elevilor că s-au transformat, în mod miraculos, în persoana despre care au scris la punctul #6 al foii de activitate (una din persoanele pe care le iubesc cel mai mult) și că trebuie să se poarte ca ea.

Pe rînd, elevii trebuie să se descrie, în fața clasei, prin ochii persoanei pe care o iubesc. Amintiți-le că trebuie să se poarte, să arate și să vorbească la fel ca acea persoană. Pot folosi răspunsurile pe care le-au dat la alte întrebări ale foii de activitate.

Puteți da un exemplu la început. Vă prefaceți foarte bătrînă și spuneți:

„Bună, mă numesc Andreea și am 86 de ani. Sunt bunica Monicăi și o iubesc foarte mult. Îi place mult să citească. Cînd vine de la școală, îi place să iasă afară la joacă. Îi place pîinea cu unt. Cel mai amuzant lucru i s-a întîmplat cînd nu se putea opri din strănut la un test. O iubesc foarte mult".

Asigurați-vă că toți elevii au pe cine imita.

**Pasul 2: Introducerea pentru mediere**

Întrebați-i dacă știe cineva ce este medierea. Explicați-le că, atunci cînd doi oameni nu-și pot rezolva singuri o problemă, un mediator îi poate ajuta. De exemplu, doi prieteni se pot certa zile întregi pentru o carte:

– Cartea e a mea, zise Giedrus.

– Nu, este a mea, eu am cumpărat-o, zise Victoria.

– Nu e adevărat! Mi-a dat-o fratele meu, zise Giedrus.

– Mincinosule! E a mea! strigă Victoria.

– E a mea, zise Giedrus.

– Nu, e a mea! strigă Victoria.

Explicați elevilor că un mediator:

* Ascultă ambele versiuni ale poveștii, dar nu judecă cine are dreptate sau nu.
* Creează o atmosferă în care cei implicați în conflict își pot exprima sentimentele și interesele.
* Facilitează comunicarea între cei doi pentru ca ei să încerce împreună să-și rezolve problema.

**Pasul 3: Cred că un conflict este...**

Distribuiți foaia de activitate „Înainte să te bați" și cereți elevilor să o completeze.

După aceea, împărțiți elevii în grupuri de 4 pînă la 6.

Spuneți-le să-și împărtășească răspunsurile la întrebarea #1 („Eu cred că un conflict este..."). Cereți grupurilor să explice asemănările și diferențele dintre răspunsuri. Fiecare grup să comunice clasei rezultatele. Notați dacă vreunul dintre grupuri a interpretat conflictul ca pe ceva pozitiv. Dacă nu, discutați despre tendința oamenilor de a vedea conflictul ca pe ceva negativ.

Întrebați elevii dacă știu cum pot transforma conflictele în situații pozitive. Răspunsurile posibile ar fi că, în timpul unui conflict, oamenii se formează, învață lucruri noi unii de la alții și își consolidează relația.

Citiți întrebarea #5 din foaia de activitate cu voce tare. Întrebați cine se oferă să dea răspunsul. Scrieți răspunsurile pe tablă. Dacă nimeni nu remarcă asta, puteți spune dv. că la medierea elevilor pot veni și cu cel mai bun prieten. Mediatorii îi pot ajuta în orice problemă.

**Pasul 4: Sfera magică a înțelepciunii**

Așezați-i pe toți într-un cerc strîns.

Aduceți unul din următoarele obiecte: o minge mică, o șosetă împachetată sau un cocoloș de



hîrtie. Spuneți-le tuturor că aceea este „sfera magică a înțelepciunii". De cîte ori o țin în mînă, oamenii știu tot ce se poate ști pe acest pămînt. Explicați-le că de cîte ori veți pune o întrebare veți arunca mingea unui elev și el va trebui să răspundă. Dacă el/ ea „știe prea multe" despre alte lucruri importante care ar putea face răspunsul imposibil, poate să arunce mingea altcuiva. Cînd un elev răspunde bine la întrebare, mingea trebuie aruncată din nou profesoarei, care pune o altă întrebare și aruncă din nou mingea.

Iată cîteva exemple de întrebări:

a. Ce este conflictul?

b. Ce face un mediator?

c. Ce sentimente au oamenii în conflict?

d. Cînd ești în conflict cu cineva, ce poți face să rezolvi problema?

**Pasul 5: Amuzament și angajament**

Asigurați-vă că elevii înțeleg că a deveni mediator poate fi amuzant, dar presupune și un angajament:

* Sunt opt sesiuni de pregătire, fiecare ținînd 2-4 ore, în funcție de cantitatea de material și de aprofundarea acestui material.
* După terminarea cursului de pregătire, elevii trebuie să lucreze regulat ca mediatori (înainte de școală, în timpul școlii sau după aceea, în funcție de organizarea, nevoile și flexibilitatea școlii). Sunt, de asemenea, întîlniri săptămînale cu alți mediatori sau cu specialiști (grupurile de sprijin pentru mediatori) pentru a discuta despre sesiunile de pregătire și a se sprijini unii pe alții.
* Există reguli pentru respectarea intimității. Conținutul sesiunilor de mediere trebuie discutat doar în timpul întîlnirilor grupurilor de sprijin. Nici chiar atunci nu trebuie însă rostite numele persoanelor implicate. Fiecare are dreptul la propria intimitate.
* Există reguli ale confidențialității. Tot ce se spune într-un grup acolo rămîne. În timpul sesiunilor de pregătire, discuțiile pot deveni personale. Oamenii se vor simți mai bine dacă vor ști că tot ce se discută în grup e ceva confidențial.

**Pasul 6: Angajamentul mediatorului**

Puneți angajamentul pe o masă explicînd că cei ce vor să devină mediatori trebuie să îl semneze la sfîrșitul sesiunii sau pînă la un anumit moment. Aceasta înseamnă că se implică în program, venind la toate sesiunile și participînd la activități. Acest pas poate fi eliminat dacă sesiunile de mediere se adresează întregii clase.

Explicați-le elevilor că unora dintre ei s-ar putea să nu le placă medierea sau pregătirea pentru mediere. În acest caz, pot vorbi cu dv. (specialistul în mediere). Ascultați plîngerile elevului și dacă, într-adevăr nu mai vrea să fie mediator, acceptați situația. Explicați-le tuturor că elevul respectiv, chiar dacă nu mai face parte din grup, rămîne prietenul tuturor. Oferiți grupului un feedback pozitiv, explicîndu-le că, și atunci cînd pierd un membru, activitatea lor rămîne importantă în școală.

## *III. RECAPITULARE*

Spuneți-le elevilor să se gîndească la activitatea din ziua aceea cînd s-au comportat asemeni cuiva pe care îl iubesc. Întrebați dacă cineva se oferă să le reamintească pe cine a imitat fiecare coleg.

## *IV. TEMA*[1]

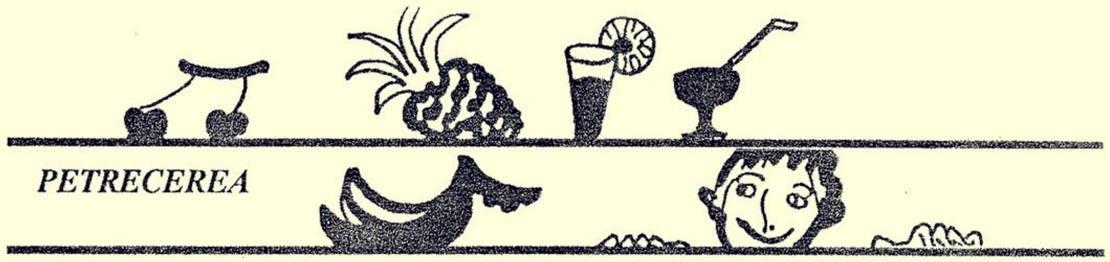
Distribuiți foaia de activitate „Ai văzut?". Spuneți-le elevilor că tema lor e simplă și amuzantă: să noteze orice conflict în care sunt implicați sau pe care îl văd în timpul următoarei săptămîni și să aducă foile data următoare. Faceți-i atenți la „provocările" pe care le aud. Acestea sunt cuvinte care îi fac pe oameni să se lase dominați de emoții și să-și piardă controlul. De exemplu, dacă un elev îi spune altuia „Ești prost", aceasta poate genera o izbucnire de mînie din partea celui jignit.

## *V. ÎNCHEIERE*

Încurajați-i pe elevi, mulțumiți-le pentru participare și spuneți-le că se mai pot răzgîndi dacă nu s-au hotărît încă să semneze angajamentul de a deveni mediatori. Spuneți-le celor care au semnat că vor deveni buni mediatori și că vă veți întîlni la următoarea sesiune. (Aveți grijă ca toți cei ce vor să devină mediatori să fi semnat angajamentul.)

[1] Profesorul poate adapta tema pentru a se potrivi la timpul disponibil pentru acest program.






## *FOAIE DE ACTIVITATE PENTRU ELEVI*

***Numele***_____ ***Data***_____

1. Numele meu este _____.

2. Hobby-ul meu este _____

_____.

3. După ce mă întorc de la școală, eu _____

_____.

4. Mîncarea mea preferată este _____

_____.

5. Cel mai amuzant lucru care mi s-a întîmplat vreodată a fost _____

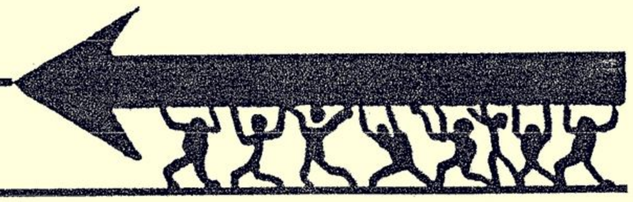
_____

_____.

6. Una din persoanele pe care le iubesc cel mai mult este_____

_____.

## *ÎNAINTE SĂ TE BAȚI*



### *FOAIE DE ACTIVITATE PENTRU ELEVI*

*Numele*_____ *Data*_____

**1. Cred că un conflict este**_____

_____

**2. Toți întîlnim multe conflicte zi de zi. Faceți o listă cu trei conflicte în care ați fost implicați. Puneți un asterix (*) în dreptul fiecărui conflict pe care credeți că l-ați rezolvat corect.**

1._____

2._____

3._____

**3. Cînd mă cert cu cineva, mă simt**_____

**4. Cînd nu mă pot decide dacă să stau în casă și să citesc o carte sau să ies afară să mă joc, mă simt**_____

**5. Te certi cu cel mai bun prieten. El strigă la tine și-ți vorbește urît. Ce poți face sau spune în această situație?**

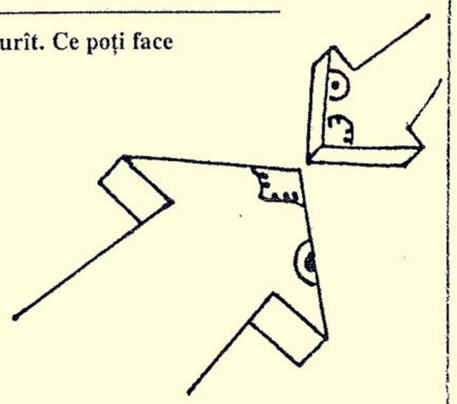
1.

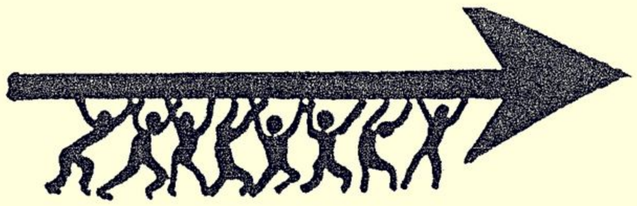
2.

3.

4.

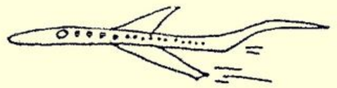
5.







## *AI VĂZUT?*



### *FOAIE DE ACTIVITATE PENTRU ELEVI*

*Numele*_____ *Data*_____

Luați această foaie cu voi oriunde mergeți săptămîna aceasta. Notați orice conflict văzut sau în care sunteți implicat. Scrieți cine a fost implicat și despre ce era vorba. De asemenea, notați cuvintele care pot fi „provocări". Totuși nu notați numele persoanelor implicate. Folosiți cuvinte ca: băiat, fată, bărbat, femeie, pentru a descrie oamenii. Dacă vă descrieți familia, puteți folosi: soră, frate etc.

| CINE A FOST IMPLICAT? | CARE ERA MOTIVUL CONFLICTULUI? |
|---|---|
| Exemplu: eu și sora mea | M-am certat cu sora mea pentru că amîndoi susțineam că putem merge mai repede pe bicicletă. Ea m-a provocat, spunîndu-mi „mitocan". |
| 1. | |
| 2. | |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |

## *ANGAJAMENTUL MEDIATORULUI*

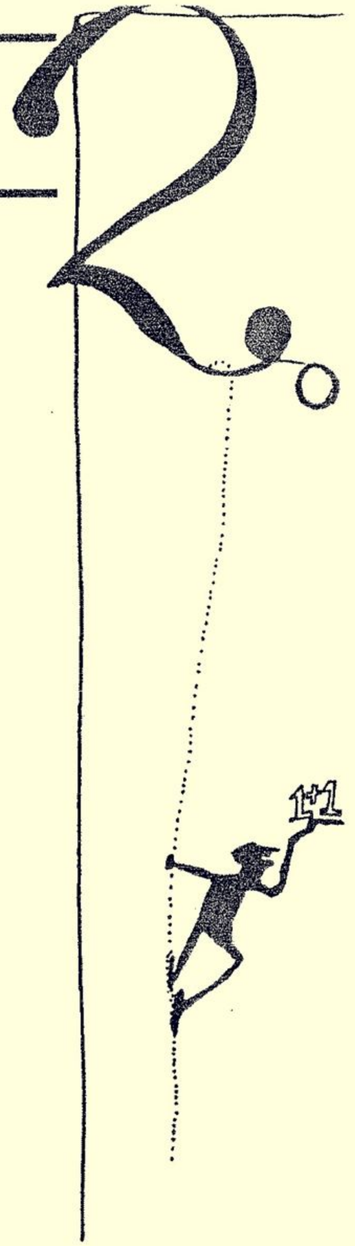
Înțeleg pe deplin că, devenind mediator, mă ofer să-mi folosesc timpul, energia și entuziasmul în învățarea și aplicarea tehnicilor de mediere.

Semnătura:

1. 16.
2. 17.
3. 18.
4. 19.
5. 20.
6. 21.
7. 22.
8. 23.
9. 24.
10. 25.
11. 26.
12. 27.
13. 28.
14. 29.
15. 30.



## *MEDIEREA ELEVILOR — SESIUNEA A DOUA*



### *OBIECTIVE*

După parcurgerea sesiunii a doua, elevii vor putea:

1. Să descrie motivele pentru care un mediator nu trebuie să emită judecăți sau să dea sfaturi.
2. Să explice cum se pot comporta empatic.
3. Să explice necesitatea confidențialității sesiunilor de mediere.
4. Să descrie de ce e necesar ca mediatorii să țină cont de procesul de mediere și de oamenii implicați.

### *MATERIALE*

Sfera magică a înțelepciunii (din prima sesiune), foi de activitate: „Cele cinci chei" și „Un schimb", o ceașcă sau un pahar pline cu apă.

### *SESIUNE*

#### *I. BUN VENIT/ SPARGEREA GHEȚII*

După ce toți elevii au sosit, vă așezați cu toții (inclusiv dv.) într-un cerc. Le urați bun venit din nou la sesiunea de pregătire pentru mediatori și le spuneți că veți începe printr-un joc rapid. Alegeți o metodă rapidă de spargere a gheții din apendicele II. După aceea îi chemați pe toți elevii din nou în cerc.

#### *II. RECAPITULAREA SESIUNII ANTERIOARE*

Îi întrebați pe elevi ce au învățat în sesiunea de săptămîna trecută[1]. De exemplu:

Ce este conflictul?

Cum poate fi conflictul o experiență pozitivă?

Cînd folosesc oamenii medierea?

### *ACTIVITĂȚI*

**<u>Pasul 1</u>: Reguli pentru mediatori**

Explicați-le că există anumite reguli pe care mediatorii trebuie să le respecte:

[1] Sfera magică a înțelepciunii poate face recapitularea mai vie, mai amuzantă și interactivă pentru elevi.

* De fiecare dată cînd cineva din grup vorbește despre o experiență personală, aceasta trebuie să rămînă confidențială și să nu fie discutată cu nimeni din afara grupului.
* Folosirea numelor nu e permisă.
* Fiecare persoană are dreptul să vorbească la un moment dat. Întreruperile nu sunt deci admise.
* Rolul mediatorului este de a facilita conversația, nu de a rezolva conflictul.
* Dacă mediatorii au nevoie de ajutor din partea coordonatorului lor adult, trebuie să-l solicite.
* Aceste reguli vor fi afișate în timpul sesiunilor de pregătire și al celor de mediere propriu-zise.

**Pasul 2: Să ne cunoaștem conflictele**

Spuneți-le tuturor să vă arate tema de data trecută (foaia de activitate „Ai văzut?", care enumeră conflictele văzute sau trăite în timpul săptămînii).

Aduceți sfera magică a înțelepciunii amintindu-le elevilor că, atunci cînd țin mingea, ei știu totul și sunt foarte înțelepți.

La întîmplare, aruncați mingea spre elevi cerîndu-le să citească conflictele înregistrate în timpul săptămînii. După ce citesc cîte un conflict, ei trebuie să arunce mingea spre alt coleg. Elevul care ține mingea citește un conflict, apoi o aruncă mai departe spre altcineva pînă cînd fiecare a reușit să citească un conflict din tema lui. Dacă vreun elev, cînd primește mingea, spune că a uitat să-și facă tema, cereți-i să precizeze un sentiment pe care îl au oamenii în timpul unei situații conflictuale.

ATENȚIE: S-ar putea să existe conflicte chiar în cadrul grupului. Dacă activitatea devine prea stresantă, ar fi bine poate să fie urmată de o activitate anti-stres (incluse în apendicele 1)

**Pasul 3: Cele cinci chei**

Distribuiți foaia de activitate „Cele cinci chei" și cereți unui copil să o citească tare. Spuneți-le elevilor că la sfîrșitul sesiunii vor înțelege foarte clar cele cinci aspecte și vor ști să le aplice în procesul medierii.

**Pasul 4: Nu judeca și nu da sfaturi (Cheile 1 și 2)**

Cereți elevilor să studieze desenul din partea de jos a foii de activitate. Au zece minute să scrie cît mai multe cuvinte ce ar putea descrie desenul. Accentuați faptul că trebuie să fie unici și creativi: să gîndească singuri și să nu-și compare ideile cu ale nimănui.

După zece minute cereți-le să citească una sau două din ideile lor favorite.

ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚIE (în ordinea în care sunt date):

* Ați avut toți aceleași răspunsuri? De ce nu?
* Gîndește toată lumea la fel? (Percepe la fel?) De ce nu trebuie să-i judecăm pe cei aflați în situații de conflict?
* Dacă am o problemă și întreb pe toată lumea de aici din sală cum ar trebui să o rezolv, voi primi același răspuns? De ce nu?
* Ce este sfatul?



* Dacă doi elevi aflați în conflict vă cer ajutorul, le veți da un sfat? (Nu.) De ce nu?

(Răspuns: Pentru că fiecare avem propriul nostru mod de a gîndi. Unii profesori și studenți ar putea considera că unul dintre studenți a greșit în timp ce alții ar putea crede că are dreptate. Putem să-i îndrumăm pe oameni fără a da sfaturi. Fiecare gîndește diferit. De exemplu, nu toți au descris desenul la fel. Fără sfaturi, studenții învață să ia singuri decizii și să-și ia responsabilități[1].)

NOTĂ PENTRU PROFESOR: Pentru a face discuția mai vie, puteți pune întrebarea și apoi să aruncați sfera magică a înțelepciunii, la întîmplare, spre un elev, ca să răspundă.

**Pasul 5: Empatia (Cheia trei)**

Distribuiți foaia de activitate „Un schimb". În cerc, separați clasa în două grupuri, A și B. Alegeți doi voluntari să vină în centrul cercului și să joace rolurile Roxandra și Lily. Spuneți grupului A să se gîndească la motivele pentru care Lily e mai înțeleaptă; grupul B ar trebui să se gîndească de ce Roxandra e mai înțeleaptă. După jocul pe roluri, cele două grupuri vor merge în două puncte opuse ale clasei.

**ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII:**

* Întrebați grupul A care sunt motivele pentru care lor li s-a părut a fi Lily mai înțeleaptă.
* Întrebați grupul B care sunt motivele pentru care lor li s-a părut a fi Roxandra mai înțeleaptă.
* Spuneți tuturor că Lily și Roxandra sunt încă supărate una pe cealaltă. Au venit la mediatorii școlii să le rezolve problema. Ce s-ar întîmpla dacă mediatorii ar avea dreptul să judece cine are dreptate și cine nu? Ce le-ar spune grupul A lui Lily și Roxandrei în timpul medierii? Ce le-ar spune grupul B?
* De ce e important să nu judecăm cine are dreptate și cine nu în timpul medierii?

Explicați elevilor că mediatorii trebuie să fie în mod egal empatici față de ambele părți. Empatia este capacitatea de a te pune în locul celuilalt și de a simți ca el în timpul unui conflict. Un mod eficace de a rămîne neutru este să fii în egală măsură empatic față de ambele părți.

Spuneți acum grupului A să empatizeze cu Roxandra și grupului B să empatizeze cu Lily. Aceasta îi va face pe elevi să ia în serios ambele puncte de vedere.

Cereți unui elev din grupul A să explice punctul de vedere al Roxandrei, ce simțea ea și care erau motivele pentru care a acționat așa. Apoi cereți unui elev din grupul B să explice punctul de vedere al lui Lily, ce simțea ea și care erau motivele pentru care a acționat așa.

**ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII:**

* Ce este empatia?
* De ce este importantă?

[1] Pentru mai multe informații în legătură cu sfatul, vezi lecția "Susan spune".

NOTĂ PENTRU PROFESOR: În mediere, un pas înainte este să îi faci pe cei aflați în conflict să-și explice poziția și sentimentele față de celălalt[6].

**Pasul 6: Confidențialitatea (Cheia 4)**

Pe baza textului „Poți ține un secret?" discutați cu elevii necesitatea de a păstra medierea confidențială (a nu spune nimănui despre conținutul conflictului sesiunii de mediere). Întrebați-i pe elevi de ce e important ca mediatorii să păstreze secretul a ceea ce discută cu cei care vin la ei pentru ajutor?

(Răspuns: Îi face să se simtă mai bine, să vorbească deschis și să aibă încredere în mediatori; își pot exprima gînduri sau sentimente intime; pot vorbi despre lucruri care i-ar putea răni pe alții și așa mai departe.)

Întrebați-i pe studenți dacă pot exista situații cînd e necesar să renunțe la această confidențialitate și să spună altcuiva despre starea de conflict. Explicați-le că pot fi două situații cînd e bine să renunțe la confidențialitate și să vorbească cu coordonatorul adult:

1) Dacă în cadrul unei sesiuni unul dintre cei aflați în conflict îl lovește pe celălalt sau pe altcineva din grup, sesiunea trebuie întreruptă și anunțat profesorul/ coordonatorul.

2) Dacă mediatorii au întrebări despre cum ar trebui să rezolve o anumită situație sau dacă simt nevoia să vorbească despre o sesiune trecută, ei trebuie să vorbească cu profesorul/ coordonatorul (el păstrează sesiunea confidențială).

NOTĂ PENTRU PROFESOR:

În sesiunile următoare, ar putea fi folositor pentru elevi să simuleze sesiuni în care participanții amenință să se lovească pe ei sau pe alții.

**Pasul 7: Arată că îți pasă (Cheia 5)**

Aduceți elevii din nou într-un cerc mare și întrebați-i de ce ar trebui să țină cont de mediere și de oamenii care vin la ei pentru asta. Explicați-le că mediatorii nu-și manifestă preferințele față de persoanele aflate în conflict, nu le dau mai multă atenție unora și mai puțină altora. Mediatorii au la fel de mult respect pentru toți și țin cont de procesul de mediere, urmîndu-i liniile directoare.

## *IV. RECAPITULARE*

Recapitulați cu elevii tot ce au învățat:

* Din ce motive nu trebuie să-i judece mediatorul pe ceilalți? De ce trebuie să fie neutru?
* De ce nu trebuie mediatorul să dea sfaturi?
* Ce este empatia? Cît de importantă este ea în mediere?
* Care sunt cele două situații în care se poate renunța la confidențialitate?

[1] Pentru mai multe informații despre empatie, vezi lecția "Ai cui pantofi".



* De ce trebuie să ne pese de procesul de mediere și de oamenii care vin pentru mediere?

Încheiați sesiunea întrebînd dacă își mai aduce cineva aminte de mișcările reprezentative ale colegilor din prima sesiune (cînd elevii s-au prezentat).

## *V. ÎNCHEIERE*

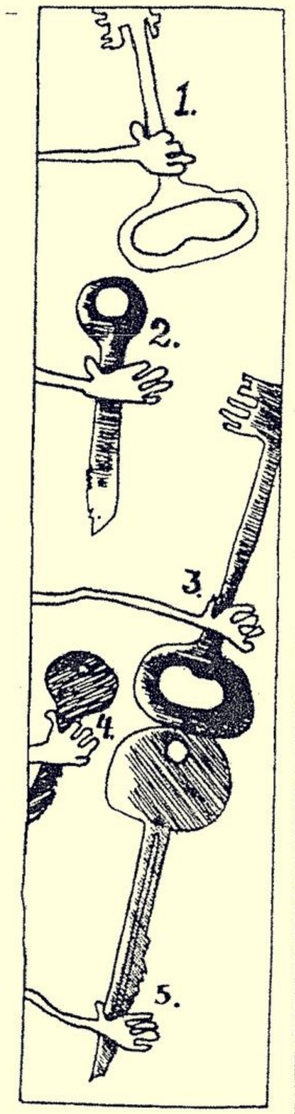
Faceți clasei un compliment în legătură cu o realizare din timpul sesiunii și spuneți-le că vă veți întîlni la următoarea sesiune.

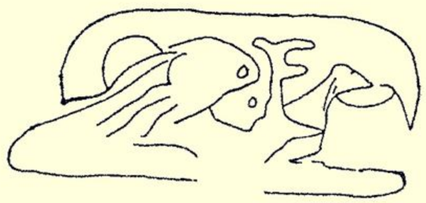
## *FOAIE DE ACTIVITATE PENTRU ELEVI*

*Numele*_____ *Data*_____

E foarte dificil — chiar imposibil — să deschizi o ușă încuiată (dacă nu ești foarte, foarte puternic). Dar dacă ai o cheie, o pui în broască, o întorci și ușa se deschide. Uneori, cînd prietenii se ceartă, sunt ca niște uși încuiate: nu ascultă de nimeni și nu se deschid. Dacă ai cheia gîndurilor prietenilor tăi, îi poți ajuta să-și rezolve problemele. Din fericire, sunt chei care te ajută să-ți ajuți prietenii. Nu le poți atinge, dar le poți învăța și folosi. Sunt foarte importante pentru că îi fac pe prieteni și colegi să vorbească deschis despre conflictele lor. Cele cinci chei sunt:

1. **Să nu judeci.** Mediatorii sunt imparțiali, chiar dacă ei cred că una din părți are dreptate și una greșește.
2. **Să nu dai sfaturi.** Uneori mediatorii se pot gîndi la soluții ale conflictului, dar ei nu trebuie să le sugereze celor implicați; e conflictul lor, lăsați-i să și-l rezolve singuri, așa cum doresc. Doar atunci se vor simți cu adevărat responsabili.
3. **Să fii în mod egal empatic.** Un mediator empatic încearcă să înțeleagă ce simt cei doi implicați în conflict imaginîndu-se în locul fiecăruia, înțelegînd lucrurile din perspectiva lui. Evitați să treceți de partea cuiva, dar încercați să înțelegeți cum vede fiecare lucrurile.
4. **Păstrați confidențialitatea.** Oamenii se simt mai bine cînd vorbesc despre sentimentele și problemele lor, dacă știu că mediatorii nu vor spune nimănui despre conflictul lor.
5. **Arată că îți pasă.** Mediatorii țin cont de procesul de mediere și de oameni. Ei fac tot posibilul să-i ajute pe ceilalți să se înțeleagă și să-și rezolve conflictele. Dacă mediatorii respectă procesul de mediere, ceilalți vor avea încredere în proces pentru a-și rezolva problema.





## *FOAIE DE ACTIVITATE*

*Numele*_____ *Data*_____

Roxandra și Lily stau față în față. Tocmai au terminat de mîncat.

Rox: Mîncarea a fost foarte bună!

Lily: Da, și peștele era așa de proaspăt; pariez că azi l-au pescuit.

Rox: Ei! Am auzit că mergi la pescuit la sfîrșitul săptămînii.

Lily: Da, cu familia mea. Mergem pe lac.

Rox: Am auzit că ai invitat-o și pe Vikki. E adevărat?

Lily: A...da.

Rox: Credeam că eu sunt prietena ta cea mai bună. De ce nu m-ai invitat pe mine?

Lily: Vikki mă invită mereu la ea. M-am gîndit să o invit și eu undeva măcar o dată.

Rox: Dar și eu te invit mereu la mine. Am crezut că suntem cele mai bune prietene.

Lily: Dar pot să am mai multe prietene, nu-i așa?

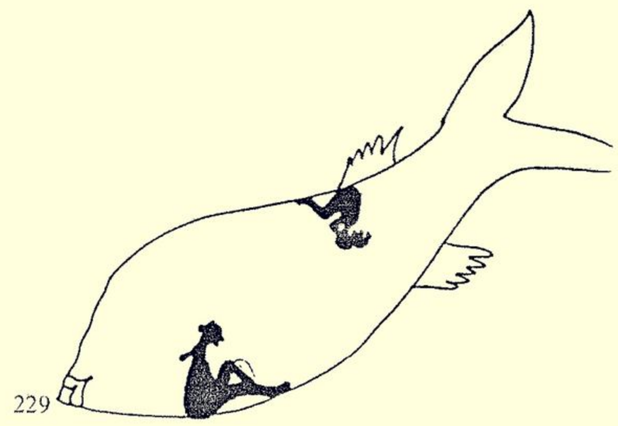
Rox: Da, dar nu să le tratezi mai bine ca pe mine. Eu sunt prietena ta <u>cea mai bună</u>.

Lily: Păi dacă așa vezi tu lucrurile... ești rea!

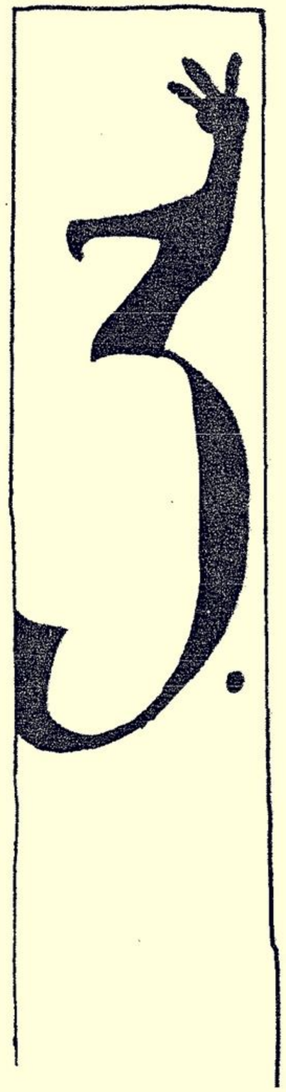
Rox: Tu ești rea! Nu am nevoie de o prietenă ca tine.

Lily: Te urăsc și mă bucur că nu te-am invitat la pescuit!

Rox: Eu te urăsc și mai mult!!!



## *MEDIEREA ELEVILOR — SESIUNEA A TREIA*



### *OBIECTIVE*

La sfîrșitul sesiunii a treia elevii vor putea:

1. Să descrie și să ilustreze mijloace de comunicare verbală și non-verbală.
2. Să pregătească o zonă de mediere.
3. Să-i primească pe ceilalți în zona de mediere.

### *MATERIALE*

„Ghidul medierii elevilor"

### *SESIUNE*

### *I. BUN VENIT/ SPARGEREA GHEȚII*

După intrarea elevilor, invitați-i pe toți în cerc. Alegeți o modalitate de spargere a gheții din apendicele II. Elevii se vor întoarce apoi în cerc.

### *II. RECAPITULAREA SESIUNII ANTERIOARE*

Solicitați un voluntar care să explice cele CINCI CHEI (cinci aspecte esențiale) ale medierii elevilor. Dacă nu reușesc să-și reamintească, apelați la foaia de activitate „Cele cinci chei".

### *III. ACTIVITĂȚI*

**Pasul 1: Ghidul medierii elevilor**

Distribuiți ghidul și spuneți-le elevilor că la sfîrșitul celor 10 sesiuni vor fi în stare să înțeleagă toate cele 10 stadii ale medierii explicate în ghid. Acesta trebuie adus la fiecare sesiune. Pe măsură ce învață fiecare pas, ei trebuie să folosească a treia coloană a ghidului medierii elevilor pentru a nota lucrurile importante de ținut minte. Aceste note le vor fi de mare ajutor cînd vor începe să medieze. La sfîrșitul acestei sesiuni ei vor fi înțeles primele două stadii din ghidul medierii elevilor.

**Pasul 2: De ce elevii implicați în conflict trebuie să stea față în față în timpul sesiunii de mediere**

Spuneți-le elevilor să găsească pe cineva în grup pe care nu-l cunosc foarte bine. Perechile stau pe podea spate în spate. Unul din parteneri pretinde că e foarte trist din cauza unor certuri recente cu cel



mai bun prieten. Celălalt ascultă și pune întrebări încercînd să-l facă pe primul să se simtă mai bine. Apoi cei doi inversează rolurile.

Se repetă întregul proces, doar că partenerii nu mai stau acum spate în spate pe podea, ci în părți opuse ale încăperii. Pentru a discuta, vor avea nevoie să ridice vocea. Schimbați rolurile și repetați.

În final se repetă întregul proces din nou, dar de data asta partenerii stau față în față pe podea, aproape unul de altul. Schimbați rolurile și repetați.

**ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII:**

* Care modalitate de comunicare îți dă mai multă încredere că partenerul te ascultă? De ce?
* Care modalitate e cea mai confortabilă și ușoară? De ce?
* Să presupunem că doi studenți se ceartă și îți cer să le fii mediator. Ar trebui ca aceștia să stea față în față, la distanță sau spate în spate? De ce?

(Răspuns: A sta față în față demonstrează interes și dorința de a rezolva neînțelegerea împreună. Aceasta are legătură cu limbajul gesturilor și al ochilor.)

**Pasul 3: Un loc de mediere liniștit, intim, neutru**

Explicați-le elevilor că e nevoie de un loc liniștit, intim, neutru pentru sesiunea de mediere. Întrebați clasa de ce. Îi puteți ajuta să răspundă amintindu-le de cele cinci chei (caracteristici esențiale) ale unui bun mediator. (Răspuns posibil: Sesiunile de mediere sunt confidențiale. Într-un loc liniștit, intim, neutru nimeni nu ne poate distrage și nimeni nu poate trage cu urechea la ce discutăm.)

Spuneți clasei că, înainte de a media, trebuie să găsească un loc liniștit, intim, neutru. Cînd vin cei implicați în conflict, invitați-i să ia loc și cereți tuturor, chiar și mediatorilor, să se prezinte.

**Pasul 4: Pregătirea zonei**

Explicați clasei cum să așeze scaunele. Elevii care se ceartă trebuie să stea față în față. Mediatorii trebuie să stea în capul mesei, unul lîngă altul. Vedeți imaginea pentru clarificare.

Puneți patru elevi (doi în conflict și doi mediatori) să demonstreze aranjarea locurilor. Așezîndu-i pe cei ce se ceartă la capetele opuse ale mesei, ne vom asigura că nu se lovesc.

Împărțiți elevii în grupuri de patru. În fiecare grup, puneți doi elevi să se decidă la un conflict pe care copiii de vîrsta lor îl au de obicei. Să pretindă că au acest conflict în acel moment. Ceilalți doi elevi din grup trebuie să fie mediatorii și să pregătească zona de mediere, să se asigure că pupitrele din sala de clasă sunt bine așezate. Fiecare grup va interpreta primii doi pași ai sesiunii de mediere. Se pot folosi de ghidul de mediere dacă nu-și amintesc ce să facă. Elevii trebuie să-și schimbe rolurile pentru ca fiecare să poată fi și mediator la un moment dat.

NOTĂ PENTRU PROFESOR: În unele școli, medierea se desfășoară într-o cameră specială, iar în altele în colțuri ale claselor, pe terenul de joacă etc. Adaptați această activitate pentru a se potrivi cu condițiile din școala și clasa voastră.

**Pasul 5: Să ținem cont de limbajul gesturilor, comportament, vorbire**

Spuneți fiecărui grup să stea într-un cerc mic. Își vor petrece aproximativ un minut observînd cum arată fiecare. Doi membri ai grupului, „mediatorii", se întorc astfel încît să stea cu spatele la

cerc. Ceilalți doi, cei implicați în conflict, schimbă trei lucruri din felul cum arată. De exemplu, își pot ciufuli părul, scoate ceasul de la mînă etc. După ce aceștia și-au schimbat înfățișarea, mediatorii se întorc și încearcă să ghicească schimbările făcute. După aceea se schimbă rolurile și activitatea se repetă. Este amuzantă și elevii s-ar putea să dorească să o repete.

După ce grupurile au terminat, puneți-i să discute despre ce au învățat din această activitate: ce legătură are ea cu medierea. Ce trebuie să observe mediatorii în timpul sesiunilor de mediere? Explicați-le că mediatorii trebuie să fie atenți la limbajul gesturilor, comportament, vorbire. Limbajul gesturilor va fi explicat în cele ce urmează.

**Pasul 6: Facilitați „Limbajul gesturilor"**

**ÎNTREBĂRI ADIȚIONALE PENTRU LECȚIA „LIMBAJUL GESTURILOR":**

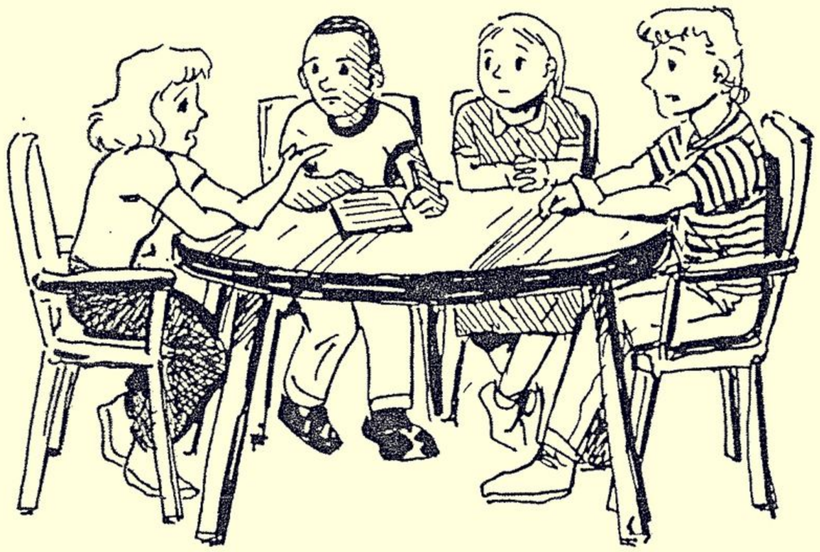
* De ce e important pentru mediatori să aibă gesturi pozitive?
* De ce trebuie să fie mediatorii *totdeauna* conștienți de propriile gesturi și de ale celor implicați în conflict?
* Ce pot comunica gesturile cuiva?

**Pasul 7: Sentimente**

Așezați elevii într-un cerc mare.

Explicați-le că sentimentele pot fi deseori comunicate prin gesturi. Deci mediatorii trebuie să fie atenți la gesturile celor care se ceartă, pentru că le trădează sentimentele.

Spuneți-le tuturor să ia o poziție care exprimă un anumit sentiment. (Fiecare elev își va alege un sentiment. Diferiți elevi vor exprima diferite sentimente simultan.) De exemplu, un elev se poate pretinde furios, încrucișîndu-și brațele la piept și privind mînios. Puneți un scaun în mijlocul cercului. Chemați un elev — „imitatorul" —, care se va așeza pe scaun și-i va imita pe ceilalți. Fiecare din cerc





va încerca să ghicească pe cine imită el. Dacă reușesc, trebuie să ghicească apoi ce sentiment e ilustrat prin gesturi. Elevul care ghicește sentimentul devine imitatorul și procesul se repetă.

**ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII:**

* Ce ne pot spune gesturile despre sentimente?
* Cînd oamenii sunt furioși sau triști, ne spun imediat cum se simt? Cum încercăm să aflăm dacă ei nu ne spun?
* Cum îl ajută „citirea" gesturilor pe mediator să înțeleagă cum se simt cei ce se ceartă? (Puteți menționa însă și faptul că gesturile pot ajuta la înțelegerea sentimentelor, dar le pot și ascunde; pot genera percepții incorecte pentru că oamenii reacționează diferit.)

## *IV. RECAPITULARE*

## *V. ÎNCHEIERE*

Faceți complimente clasei pentru realizări și spuneți-le că vă veți întîlni la sesiunea următoare.

# GHIDUL DE MEDIERE PENTRU ELEVI

*După tornade, și zile însorite*

**Cei 10 pași ai medierii elevilor**

| Cei 10 pași ai medierii elevilor | Scurtă descriere a fiecărui pas | Note și lucruri de ținut minte |
|---|---|---|
| **1. Pregătiți zona** | 1. Găsiți un loc liniștit.<br>2. Asigurați-vă că e liber și nimeni nu vă aude conversația.<br>3. Pregătiți camera. | |
| **2. Bun venit** | 1. Urați bun venit tuturor la sesiunea de mediere.<br>2. Toți trebuie să se prezinte. | |
| **3. Explicați regulile** | 1. Spuneți: „Medierea vă va da posibilitatea să lucrați împreună și să vă înțelegeți mai bine. Prin acest proces puteți găsi o soluție care vă va îmbunătăți situația . Prin mediere amîndoi puteți învinge".<br>2. Explicați regulile de bază. Spuneți: „Înainte de a începe, vă vom spune cîteva reguli ale medierii. Două dintre cele pe care le respectăm, în general, noi, mediatorii, sunt următoarele:<br>„ - Nu suntem de partea nimănui și nu judecăm pe nimeni;<br>- Tot ce se spune aici este confidențial.<br>Sunt și cîteva reguli de bază pe care am vrea să le stabilim:<br>- Fără porecle, insulte, reproșuri; | |



| | | |
|---|---|---|
| | - Fără întreruperi;<br>- Fiți oneşti şi respectuoşi;<br>- Lucrați serios ca să rezolvați problema;<br>- Tot ce se spune aici e confidențial".<br>3. Întrebați fiecare elev: „Ești de acord cu regulile?". | |
| **4. Ascultați-i pe cei aflați în conflict** | 1. Unul din mediatori îl întreabă pe unul din elevi ce s-a întîmplat și ce crede el despre asta. Mediatorul rezumă faptele și îl întreabă pe elev dacă e corect. Dacă lucrurile sunt încă neclare, mediatorul va pune întrebări pentru a clarifica detaliile.<br>2. Celălalt mediator repetă procesul cu celălalt elev.<br>3. Dacă apar informații noi de la vreunul din elevi, întrebați-i cum le afectează asta punctul de vedere.<br>4. Spuneți: „În acest moment al medierii am vrea ca voi să vorbiți unul cu altul".<br>5. Spuneți elevilor pe rînd: „Repetați ce a spus celălalt". Întrebați-l pe celălalt elev dacă i-au fost redate corect ideile. Dacă spune da, continuați. Dacă nu, cereți elevului să repete și să clarifice. | |
| **5. Descoperiți interesele comune** | Puneți întrebări ca:<br>* Dacă ai fi în locul celuilalt, cum te-ai simți acum?<br>* Ce vrei să obții din acest conflict?<br>* Care ar fi lucrurile cu care sunteți amîndoi de acord? | |

| | | |
|---|---|---|
| **6. Gîndiți-vă la soluții posibile** | 1. Spuneți: „Să vedem dacă nu cumva înțelegem acum lucrurile diferit față de începutul sesiunii. Să încercăm să ne gîndim la soluțiile posibile ale conflictului".<br>2. Explicați procedeul:<br><u>Ce trebuie să facem</u>:<br>* Spuneți orice idee care vă trece prin minte.<br>* Încercați să aveți cît de multe idei posibile.<br><u>Ce nu trebuie să facem</u>:<br>* Nu judecați nici o idee drept bună sau rea.<br>* Nu vorbiți încă despre aceste idei; doar amintiți-le.<br>3. Unul dintre mediatori notează toate ideile pe „Foaia cu idei". | |
| **7. Luați o hotărîre** | 1. Cereți studenților să evalueze soluțiile posibile. Întrebați:<br>* Care ar fi consecințele pozitive și negative ale alegerii fiecărei soluții?<br>* Ce soluții ar fi în interesul amîndurora?<br>2. Elevii trebuie să aleagă o soluție care îi avantajează pe amîndoi. Asigurați-vă că soluția este:<br>* realistă și posibilă;<br>* specifică.<br>3. Dacă elevii nu reușesc să ajungă la o soluție, puteți:<br>* Încuraja pe toată lumea să se gîndească la alte posibile soluții si variante. | |



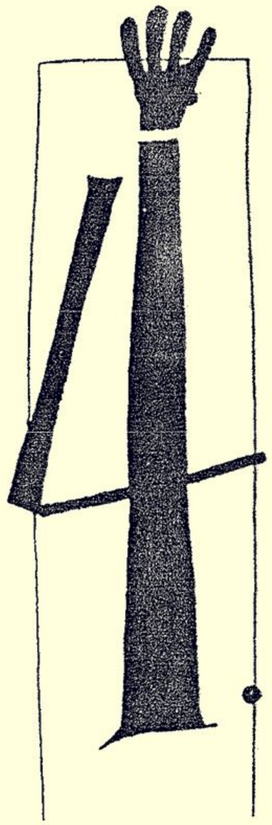
| | | |
|---|---|---|
| | * Cereți elevilor să enumere ceea ce au aflat nou despre ei înșiși și despre conflictul lor. | |
| **8. Scrieți totul pe hîrtie** | 1. Dacă s-a ajuns la o înțelegere, rezumați-o cu glas tare și scrieți totul pe „Foaia cu rezultatele medierii".<br>2. Împreună cu elevii, completați <u>întotdeauna</u> foaia: „Care elevi au învățat să practice medierea". Fiecare elev trebuie să semneze.<br>3. Felicitați-i!<br>4. Dați fiecărui elev o foaie de evaluare a mediatorului. Cereți-le să o completeze și să o dea coordonatorului. Nu e necesar să-și scrie numele pe aceste formulare. | |
| **9. Munca de birou** | 1. Puneți angajamentele într-un dosar special.<br>2. Completați formularul „Cum a decurs medierea?".<br>3. Vorbiți cu coordonatorul grupului despre mediere (părțile pozitive și negative ale procesului). | |
| **10. Încurajați-vă pe voi înșivă** | 1. Felicitați-vă pentru realizările voastre în procesul de mediere!<br>2. Dacă sunteți încordat, alegeți o activitate anti-stres. | |

## *MEDIEREA STUDENȚILOR — SESIUNEA A PATRA*

### *OBIECTIVE*

După încheierea sesiunii a patra, elevii vor putea:

1. Să explice regulile medierii.
2. Să explice diferența dintre cooperare și competiție.
3. Să explice folosul cooperării în timpul sesiunilor de mediere.
4. Să descrie ascultarea reflexivă.
5. Să descrie „curățarea limbajului".
6. Să reflecte sentimente și gesturi.
7. Să descrie jocul pe roluri desfășurat într-o manieră structurată.



### *MATERIALE*

O carte groasă, două obiecte mici (cum ar fi două mingi mici), foi de activitate pentru elevi: „Regulile jocului", „Mere" pentru jumătate de clasă și „Portocale" pentru cealaltă jumătate, „Oglinda", patru copii ale foilor: „Îmbrîncirea", „Jocuri pe roluri pentru mediere", „Foaie de observație" și foarfece (pentru elevi).

### *SESIUNE*

#### *I. BUN VENIT/ SPARGEREA GHEȚII*

Urați bun venit elevilor și așezați-i într-un cerc. Alegeți o metodă de spargere a gheții din apendicele II și aduceți apoi elevii la loc în cerc.

#### *II. RECAPITULAREA SESIUNILOR ANTERIOARE*

Solicitați voluntari printre elevi:

* Să explice cele cinci chei (caracteristici esențiale) ale unui bun mediator.
* Să explice cum îl ajută pe mediator observarea gesturilor.
* Să demonstreze cum se pregătește o zonă de mediere.



#### *III. ACTIVITATE*

**Pasul 1: Explicați regulile**

Elevii trebuie să aibă la ei ghidul mediatorului. Spuneți-le că, după ce pregătesc zona de mediere și le urează bun venit celor aflați în conflict, mediatorii explică regulile medierii. Rugați un elev să citească descrierea din pasul #3 (Explicarea regulilor).

Distribuiți elevilor foaia de activitate „Regulile jocului" și cereți-le să o completeze. După ce au terminat, împărțiți-i în grupuri de cîte doi pentru a-și compara răspunsurile.

În perechi, elevii interpretează rolurile mediatorilor, Laura și Florin; mediatorul trebuie să se concentreze la răspunsul pe care trebuie să-l dea dacă cineva întrerupe discuția.

Discutați cu clasa răspunsurile mediatorilor și studiați diferențele dintre răspunsuri.

**Pasul 2: Importanța cooperării**

Distribuiți foaia de activitate „Mere" la jumătate de clasă și foaia „Portocale" la cealaltă jumătate. Spuneți-le elevilor să observe ce fruct e desenat pe foaia lor. Elevii decupează cu atenție cele patru figuri desenate pe foile lor.

Împărțiți-i în perechi — în fiecare pereche trebuie să fie cîte un elev cu mere desenate pe foaia lui și cîte unul cu portocale.

Desenați un cerc pe tablă și spuneți-le elevilor: „Acesta e un cerc. Aveți cinci minute să creați și voi unul. Cine reușește, acela învinge! Începeți!".

NOTĂ PENTRU PROFESOR: La început, elevii ar putea crede că această activitate este competițională. Ei vor înțelege însă curînd că, pentru a îndeplini cerința, trebuie să combine figurile pe care le au cu ale celuilalt. Rezolvarea ar putea fi dificilă și frustrantă. Elevii vor avea atunci nevoie de încurajări pentru a deveni creativi. În clasă, activitatea poate dura mai mult de cinci minute, în funcție de viteza cu care perechile descoperă necesitatea de a coopera.

La trecerea celor cinci minute, spuneți clasei să se oprească din lucru.

Cei care au creat un cerc să ridice mîinile. Întrebați-i cum au reușit. (Răspuns: Au trebuit să lucreze împreună cu partenerul și să-și combine figurile.) Întrebați-i ce este „cooperarea". (Răspuns: Cooperarea este lucrul împreună în vederea atingerii unui scop.)

Întrebați clasa: Dacă cei doi elevi din fiecare pereche nu ar fi cooperat, ar fi reușit să completeze cercurile? (Nu.) Ar fi putut vreunul să completeze cercul singur? (Nu.) De ce?

Aduceți din nou elevii să stea într-un cerc mare cu toții. Explicați-le că oamenii cooperează cînd lucrează împreună pentru atingerea unui scop. Cooperînd, toată lumea poate să învingă. Cum s-au simțit cu toții după terminarea jocului?

Întrebați-i pe elevi despre momentele cînd cooperarea e importantă. (Exemple: în familie, lucrînd la anumite proiecte cu alți elevi etc.) Oferiți-le următorul exemplu: „Cînd doi elevi sunt în competiție, unul cîștigă și unul pierde. Cooperînd, toți pot cîștiga. Să presupunem că doi elevi învață pentru un examen. Dacă vor fi în competiție, vor lua doar note de trecere la examen. Dacă vor coopera și vor studia împreună, vor putea lua amîndoi note excelente. La fel, în crearea cercurilor, cînd au cooperat, au putut învinge cu toții".

Întrebați: De ce, în mediere, avem nevoie ca oamenii aflați în conflict să coopereze? Explicați elevilor că, în loc să fie în concurență unul cu altul, cei aflați în conflict trebuie să lucreze împreună să-și rezolve conflictul. Ei devin o echipă și nu-și mai risipesc timpul și energia insultîndu-se ori învinovățindu-se unii pe alții. Împreună, ei au mai multă energie creatoare. De asemenea se simt împreună responsabili pentru rezolvarea conflictului.

**Pasul 3: Cooperarea în conflict**

Întrebați cine se oferă să rezume ceea ce s-a învățat despre cooperare. Explicați că în competiție, cînd o persoană învinge, alta pierde. În cooperare ambii cîștigă.

Problema în multe conflicte este că elevii au poziții la care nu vor să renunțe. Ei cred că în conflict oamenii trebuie să se întreacă unul cu altul: dacă ei au dreptate, celălalt se înșeală; dacă ei cîștigă disputa, celălalt pierde. Dar atunci cînd elevii cooperează, ei pot să-și rezolve conflictele împreună. Cooperînd, amîndoi pot să cîștige. Chiar dacă nu se găsește nici o soluție, relația lor se dezvoltă în cooperare și pot afla multe unul despre altul.

*Ce se întîmplă dacă cei doi aflați în conflict nu vor să coopereze?*

Explicați-le elevilor că, după ce mediatorii prezintă regulile, ei întreabă părțile în conflict dacă sunt de acord cu ele. Întrebați-i pe elevi: Ce ar trebui să facă mediatorul dacă una din părți nu acceptă regulile? (Răspuns: Dacă una din părți nu acceptă regulile, medierea nu poate avea loc. Medierea este un efort de cooperare.)

**Pasul 4: Să ascultăm ce spun ceilalți despre conflict**

Vă veți referi la lecția „Oglinda". Explicați-le elevilor că afirmațiile reflexive sunt o parte foarte importantă a medierii. După ce părțile aflate în conflict relatează povestea, mediatorul se gîndește la cele auzite.

Explicați, de asemenea, că în afirmațiile reflexive trebuie să se renunțe la limbajul dur, extremist. Acesta trebuie neutralizat — ceea ce se numește „curățarea limbajului". De exemplu, afirmația „Cynthia mă bîrfește mereu și minte" poate fi reformulată astfel: „Cred că Cynthia vorbește mult despre mine și nu spune întotdeauna adevărul".

**OPȚIONAL**

Împărțiți elevii în grupuri de cîte patru. Puneți-i să interpreteze pe roluri o sesiune de mediere, exersînd limbajul „curățat".

Explicați că, după rezumarea poveștii fiecăruia, fiecare disputant va relata ce a spus celălalt. Afirmațiile incorecte trebuie clarificate și corectate.

**Pasul 5: Joc pe roluri pentru pașii 1-4**

Așezați grupul din nou într-un cerc mare. Distribuiți foile cu „Jocuri pe roluri pentru mediere". Patru elevi se oferă să vină în mijlocul cercului. Fiecare va primi o copie a foii de activitate „Îmbrîncirea". Doi elevi vor fi în conflict, ceilalți vor fi mediatori. Mediatorii pregătesc zona de mediere în mijlocul cercului. Cei patru interpretează rolurile din „Îmbrîncirea". Grupul poate folosi foile cu „Jocuri pe roluri pentru mediere" ca ghidaj în timpul jocului. Informați clasa că jocul pe roluri este un exemplu pentru pașii 1-4 (cu excepția descrierii fiecărui disputant a ceea ce a spus adversarul).

NOTĂ PENTRU PROFESOR: În timp ce elevii asistă la un joc pe roluri, puteți să le dați o „Foaie de observație" pentru a nota limbajul gesturilor fiecărui mediator. După încheierea jocului,

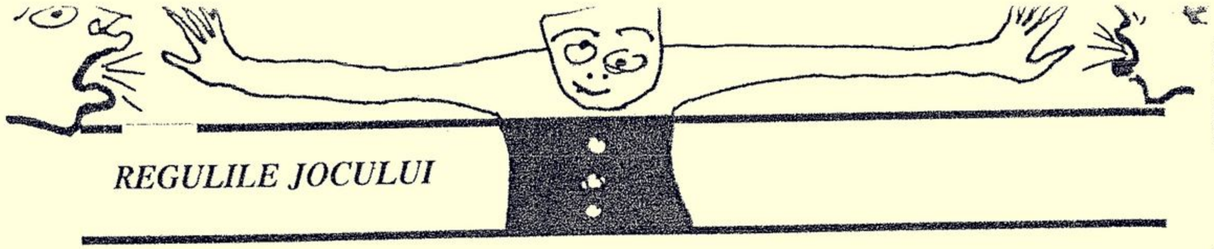


cînd e rîndul dv. să comentați, accentuați importanța afirmațiilor reflexive. Cereți clasei un exemplu de astfel de afirmație din jocul de curînd încheiat. De asemenea, întrebați clasa ce au crezut fiecare despre gesturile fiecărui „actor".

## *IV. RECAPITULARE*

## *V. ÎNCHEIERE*

Complimentați clasa pentru ceva pozitiv realizat în timpul sesiunii și spuneți-le că urmează să vă întîlniți la sesiunea următoare.



## *REGULILE JOCULUI*

### *FOAIE DE ACTIVITATE PENTRU ELEVI*

*Numele*_____ *Data*_____

1. După ce le urați bun venit celor aflați în conflict, trebuie să le explicați regulile medierii. Care e scopul regulilor în mediere?
2. Cînd cineva folosește o poreclă în locul numelui cuiva, cum se simte acesta din urmă?
3. Imaginați-vă că mediați o ceartă între doi elevi, Laura și Florin. Laura încearcă să vă spună povestea din punctul ei de vedere, dar Florin o tot întrerupe. Ați explicat deja că întreruperile sunt împotriva regulilor. Completați cu cuvintele pe care le-ar putea spune mediatorul la întreruperile lui Florin.

Laura: Stăteam în parc ieri. Era liniște și îmi făceam tema. Mă concentram foarte greu și...

Florin: NU-I ADEVĂRAT! Nu-ți făceai tema. Tu...

Mediatorul:

Laura: Deci, eram în parc și îmi făceam tema la matematică. Deodată apare Florin, îmi smulge tema și fuge cu ea. Nu-mi venea să cred!

Florin: TE-AM RUGAT MAI ÎNTÎI!

Mediatorul:

Laura: Nu m-ai rugat pentru temă, Florin! Pur și simplu mi-ai luat-o și ai fugit. Din cauza ta am fost obosită la școală azi. A trebuit să stau pînă tîrziu azi-noapte ca să-mi fac încă o dată tema pe care deja o făcusem. Problema este că...

Florin: Nici măcar nu era terminată tema!

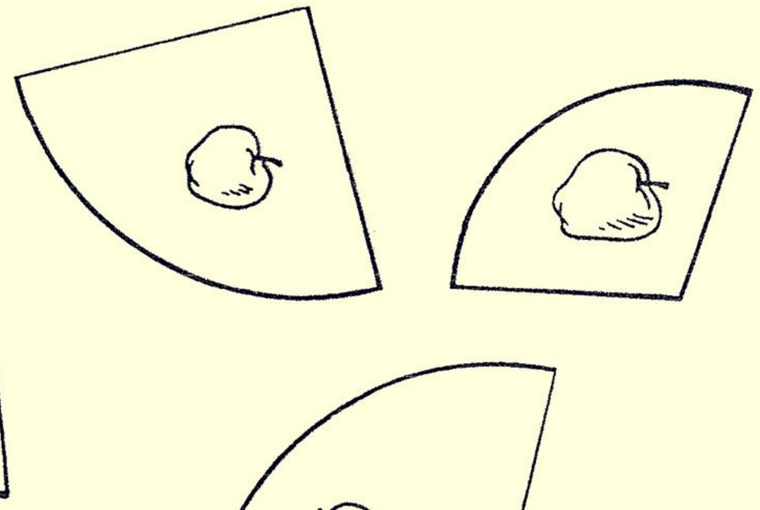
Mediatorul:

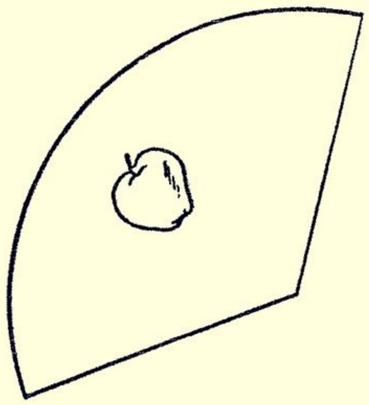
4. De ce e important ca nimeni să nu învinovățească pe nimeni în mediere?
5. Încercuiți cîte o propoziție la Laura și la Florin în care fiecare îl învinovățește pe celălalt.

*MERE*

### *FOAIE DE ACTIVITATE PENTRU ELEVI*

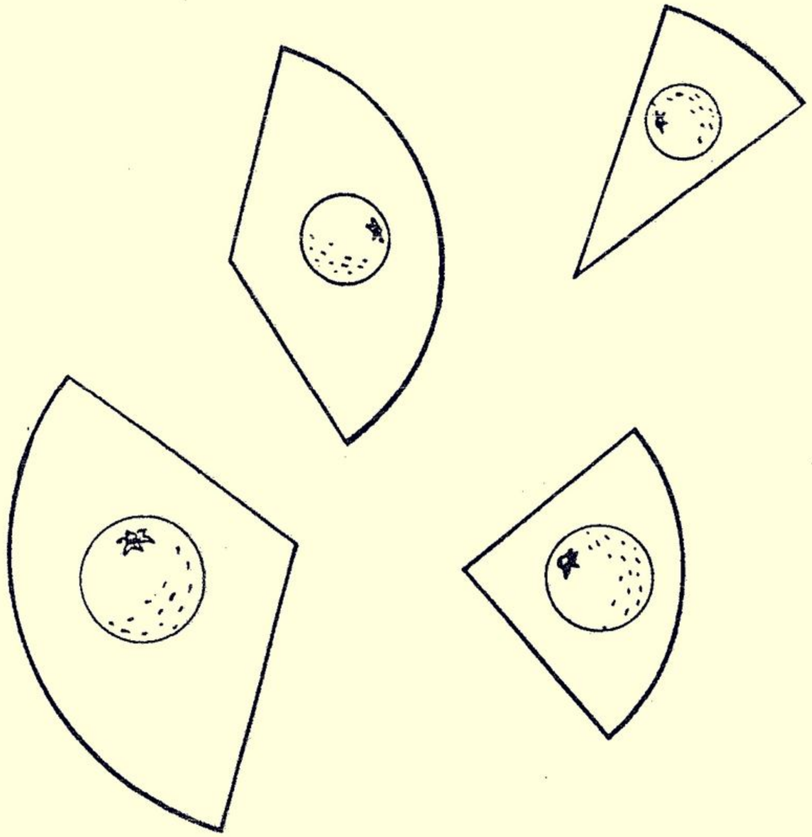
*Numele* _____ *Data*_____





## *FOAIE DE ACTIVITATE PENTRU ELEVI*

*Numele*_____ *Data*_____







## *FOAIE DE ACTIVITATE PENTRU ELEVI*

*Numele* _____ *Data*_____

Cei implicați în conflict merg în mijlocul cercului.

Mediatorul 1: Bună și bine ați venit la această sesiune de mediere. Vă rog, luați loc.

Anthony: Bine.

Zina: Mulțumim.

Mediatorul 2: Bun venit! Haideți să ne cunoaștem! Numele meu e Jerry.

Mediatorul 1: Eu sunt Samantha

Anthony: Bună, eu sunt Anthony.

Zina: Zina.

Mediatorul 1: Acum, înainte de a începe, aș vrea să vă explic cîteva lucruri. Medierea vă va da amîndurora posibilitatea să cooperați și să vă înțelegeți mai bine. Prin acest proces, veți încerca să găsiți o soluție care să vă îmbunătățească situația. Medierea va face posibil ca amîndoi să cîștigați.

Mediatorul 2: Înainte de a începe, am vrea să vă spunem cîteva reguli care vor fi respectate în timpul medierii. Două reguli pe care le urmăm noi, mediatorii, sunt:

* Nu ținem cu nimeni și nu judecăm pe nimeni.

* Tot ce vom spune aici e confidențial.

Sunt și alte reguli de bază cu care sperăm să fiți de acord:

* Nu folosiți porecle, insulte sau învinuiri.

* Nu întrerupeți.

* Fiți sinceri.

* Străduiți-vă să rezolvați problema.

* Tot ce se vorbește aici e confidențial.

Anthony, ești de acord cu regulile?

Anthony: Da.

Mediatorul 2: Tu ești de acord cu regulile, Zina?

Zina: Da.

Mediatorul 1: Atunci, haideți să începem! Zina, poți să ne spui ce s-a întîmplat și ce simți?

Zina: Sigur. Azi-dimineață mă îndreptam spre clasă. Eram pe coridor și mă grăbeam. Nu mai erau prea mulți copii pe coridor. Mă gîndeam că am întîrziat. Aveam o mulțime de cărți în brațe. Deci am luat-o la fugă pe coridor și deodată Anthony se izbește de mine. Sunt sigură că a făcut-o intenționat!

Anthony: NU-I ADEVĂRAT!

Mediatorul 2 (întorcîndu-se spre Anthony): Amintește-ți că am convenit să nu ne întrerupem.

Anthony: Îmi pare rău.

Mediatorul 2: Bine. Spune mai departe, Zina.

Zina: După ce Anthony a dat peste mine, toate cărțile au căzut pe podea. Am întîrziat la oră pentru că a trebuit să stau să le adun. Eram teribil de furioasă.

Mediatorul 1: Deci te grăbeai spre clasă. Anthony te-a îmbrîncit și ți-au căzut cărțile. Te-ai enervat pe Anthony. Mai ai ceva de adăugat?

Zina: Nu.

Mediatorul 1: Acum, Anthony, spune-ne ce s-a întîmplat și ce simți tu.

Anthony (părînd foarte furios): E o prostie. Nu am nici o vină. E doar vina Zinei.

Mediatorul 1: Te rog, fără învinuiri. Să ne concentrăm asupra celor întîmplate.

Anthony: Fugeam spre clasă. Mama a uitat să mă trezească la timp și întîrziasem, ca și Zina. Fugeam ca să nu am probleme cu profesorul. Mai întîrziasem și altă dată și s-ar fi supărat grozav pe mine dacă se repeta. Am lovit-o din greșeală pe Zina. N-am făcut-o intenționat. E îngrozitor că ea crede că am făcut-o intenționat.

Mediatorul 2: Deci te grăbeai să mergi în clasă. Ai dat din greșeală peste Zina și îți pare rău că ea crede că ai făcut-o intenționat. Vrei să mai adaugi ceva?

Anthony: Păi... Zina mă scoate din sărite. Ea crede că nu o plac. Nu știu de ce crede asta. Ca să fiu sincer, ea e o persoană drăguță și îmi place. Dar nu acum.

Mediatorul 2: Deci uneori te enervezi. Crezi că Zina crede că nu o placi. Dar, de fapt, tu o placi. Mai ai ceva de adăugat?

Anthony: Nu, asta-i tot.





## *FOAIE DE ACTIVITATE PENTRU ELEVI*

*Numele*_____ *Data*_____

Această foaie vă va îndruma în legătură cu pașii pentru jocurile pe roluri.

**1. Alegeți rolurile.**

Găsiți doi studenți care să fie cei aflați în conflict și doi mediatori.

**2. Selectați o problemă pe care să o simulați.**

Mediatorii nu trebuie să știe care e problema înainte ca jocul să înceapă.

**3. Mediatorii explică scena.**

Mediatorii decid unde pretind ei că are loc medierea. Într-o sală de clasă? Pe terenul de joacă? Sau unde altundeva?

Mediatorii explică cum se vor folosi condițiile deja existente. Este scaunul de la școală o sofa? Este tavanul ca cerul?

**4. Jucați-vă rolurile!**

Părțile în conflict și mediatorii își joacă rolurile.

**5. Restul elevilor observă jocul.**

În timpul jocului, ceilalți elevi observă. Ei trebuie să se gîndească la anumite lucruri, ca:
* Ce anume fac mediatorii bine?
* Ce ar putea face mediatorii ca să îmbunătățească medierea?
* Care este argumentul fiecărei părți?
* Care e interesul fiecărei părți?
* În ce moduri poate fi argumentul rezolvat?

**6. Discutați jocul pe roluri după ce s-a încheiat.**

Întrebați pe fiecare dintre cei implicați în conflict:
* Ce vi s-a părut că a mers bine în jocul pe roluri?
* Ce a fost mai dificil în acest joc?
* Cum v-au ajutat mediatorii să rezolvați conflictul?

* Ce altceva ar fi putut face sau spune mediatorii pentru a vă ajuta să rezolvați conflictul?

Întrebați pe fiecare mediator:

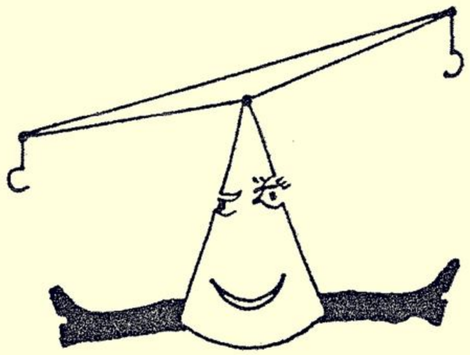
* Cum ți s-a părut jocul pe roluri?
* Ce a fost mai dificil în joc?
* Ce a fost mai ușor?
* Care era argumentul?
* Care crezi că erau interesele fiecărei părți?

Întrebați-i pe elevii care au observat jocul:

* Discutați răspunsurile la întrebările din Pasul #5.

Întrebați-l pe profesor:

* Ce a făcut ca jocul acesta pe roluri să aibă succes?
* În ce fel pot lucra mediatorii mai eficient?





## *FOAIE DE OBSERVAȚIE*

## *FOAIE DE ACTIVITATE PENTRU ELEVI*

*Numele*_____ *Data*_____

***Răspundeți la întrebările despre fiecare mediator.***

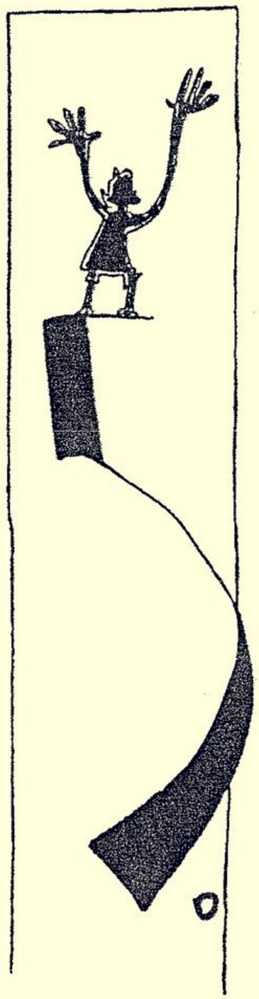
| | *Mediator #1* | *Mediator #2* |
|---|---|---|
| **1. Descrieți cum a arătat mediatorul că ascultă.** | | |
| **2. Descrieți gesturile și mimica folosite de mediator.** | | |
| **3. Descrieți modul cum îi privea mediatorul pe ceilalți.** | | |
| **4. Ce părți ale medierii au fost corect urmate de mediator?** | | |

## *MEDIEREA ELEVILOR — SESIUNEA A CINCEA*

### *OBIECTIVE*

La sfîrșitul sesiunii a cincea elevii vor putea:

1. Să recunoască diferite emoții și sentimente și cuvintele care le exprimă.
2. Să folosească întrebări deschise și închise.
3. Să explice folosirea întrebărilor deschise și închise în timpul situațiilor de conflict.
4. Să explice motivul pentru care trebuie evitate întrebările începînd cu „De ce?".



### *MATERIALE*

Foaia de activitate „Lista de conflicte obișnuite printre elevi" și, din sesiunile anterioare, foile de activitate: „Jocuri pe roluri pentru mediere" și „Foaie de observație".

### *SESIUNE*

#### *I. BUN VENIT/ SPARGEREA GHEȚII*

Grupul trebuie să stea într-un cerc mare. Se va alege o variantă pentru spargerea gheții din apendicele II și apoi elevii se vor așeza din nou în cerc.

#### *II. RECAPITULAREA SESIUNILOR ANTERIOARE*

Recapitulați sesiunile anterioare (pentru asta puteți folosi sfera magică a înțelepciunii pentru a face recapitularea mai activă).

Cereți elevilor să explice:

* Cele cinci chei (caracteristici) ale unui bun mediator.
* Diferența dintre cooperare și competiție.
* De ce este cooperarea mai eficace în timpul sesiunilor de mediere.
* Regulile de bază ale medierii.
* Ce este ascultarea reflexivă. Cînd folosesc mediatorii afirmații reflexive? Ce este o afirmație reflexivă?



#### *III. ACTIVITATE*

**Pasul 1: Tehnici de comunicare importante pentru mediere**

Folosiți lecția „Lista sentimentelor". Spuneți-le elevilor că mediatorii sunt atenți la toate cuvintele exprimînd sentimente, emoții ale celor aflați în conflict. Deci, cînd mediatorii rezumă cuvintele fiecărei părți, ei menționează și cuvintele exprimînd sentimente.

Împărțiți elevii în grupuri de doi pentru jocul pe roluri[1]. Doi elevi sunt în conflict, doi sunt mediatori și alți doi observatori. Mediatorii pot folosi ghidul mediatorului dacă vor. Grupul vă respectă pașii din foaia de activitate pentru elevi „Jocuri pe roluri pentru mediere" (distribuită în timpul sesiunii anterioare). Observatorii pot oferi un feedback constructiv, pozitiv mediatorilor, folosind foaia de activitate „Foaie de observație" (de asemenea distribuită, în timpul sesiunii anterioare). La încheierea jocului începeți iar schimbînd rolurile elevilor astfel încît fiecare să aibă posibilitatea de a juca o dată rolul de mediator.

**<u>Pasul 2</u>: Întrebări deschise și închise**

Folosiți „Jocul de a ghici". Întrebați elevii:

* Cînd sunt întrebările deschise folositoare? (Răspuns: Întrebările deschise sunt folositoare pentru a-i face pe elevi „să vorbească deschis" despre problemele lor și să-și exprime sentimentele. Cînd elevilor le e greu să se exprime, întrebările deschise pot fi folositoare.)
* Cînd sunt întrebările închise folositoare în timpul medierii? (Răspuns: Întrebările închise sunt folositoare pentru a-i opri pe elevii care au tendința să vorbească prea mult și să domine discuția în timpul medierii.)
* Dacă disputanții vorbesc și vorbesc și nu se mai opresc, ar trebui să le pună mediatorul întrebări deschise sau închise? De ce?

**<u>Pasul 3</u>: Evitați întrebările începînd cu „De ce?"**

Folosiți foaia „De ce să întrebi de ce?".

Dacă folosiți față de cei aflați în conflict întrebări care încep cu „De ce?", cum credeți că se vor simți cînd vor răspunde?

**<u>Pasul 4</u>: Jocul pe roluri**

Spuneți grupului că vor avea din nou un joc pe roluri (folosind același proces explicat în pasul #1 al acestei sesiuni). Înainte de începerea jocului, întrebați-i pe elevi ce lucruri ar trebui să-și amintească la un joc pe roluri.

Ar trebui să-și amintească următoarele:

* să folosească gestica potrivită
* să nu pună întrebări începînd cu „De ce?"

---

[1] Elevii se pot gîndi la propriile conflicte pentru jocul pe roluri sau le puteți sugera dv. Există o listă de "Conflicte obișnuite la elevi". O activitate excelentă ar fi să cereți clasei să-și creeze propria listă de conflicte obișnuite și să o afișeze in clasă.

* să pună întrebări deschise cînd e cazul
* să folosească afirmații reflexive după ce fiecare disputant și-a spus versiunea proprie a poveștii
* să observe cuvintele exprimînd emoții.

Pentru a vă aminti, puteți scrie toate acestea pe tablă.

## *IV. RECAPITULARE*

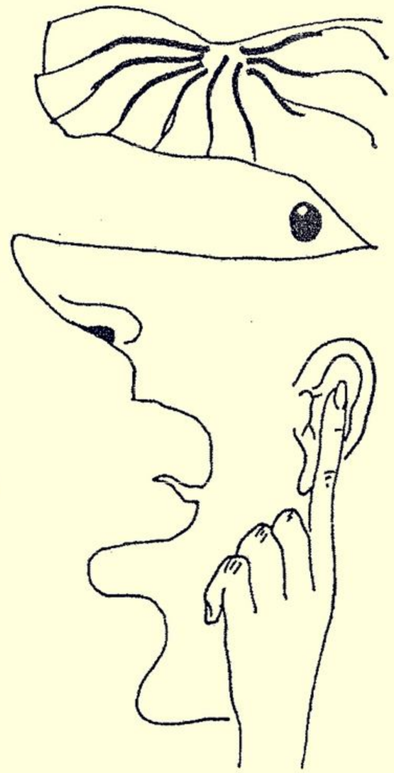
## *V. ÎNCHEIERE*

Complimentați clasa în legătură cu ceva pozitiv realizat și spuneți-le că vă veți întîlni la sesiunea următoare.



## *LISTA DE CONFLICTE OBIȘNUITE PRINTRE ELEVI*

## *FOAIE DE ACTIVITATE PENTRU ELEVI*

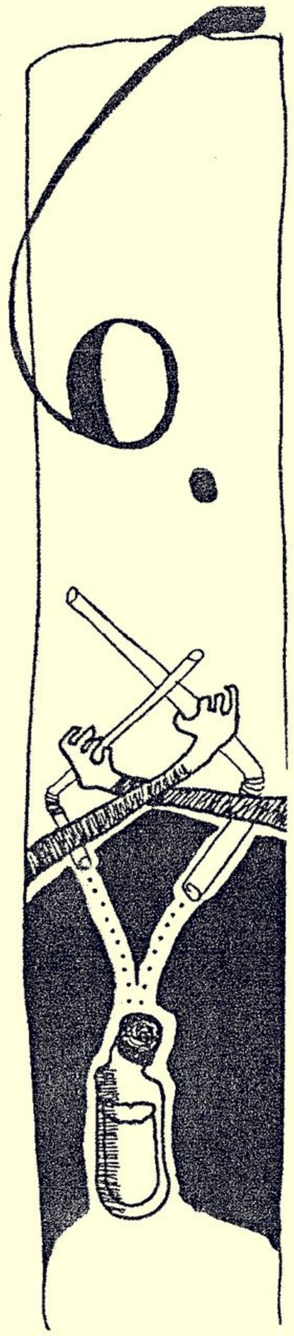


Idei de jocuri pe roluri:

* Un elev își neglijează sau nu își termină temele.
* Un elev nu-și îndeplinește sarcinile.
* Un elev se teme să spună familiei despre rezultatele slabe la învățătură.
* Un elev se străduiește mult la școală și totuși nu obține rezultate prea bune.
* Un elev uită să-i facă un serviciu altui elev.
* Un elev are probleme cu părinții, care beau, se ceartă sau divorțează.
* Un elev îi respinge pe cei care au mai mulți bani sau lucruri mai frumoase.
* Un elev se teme de profesori.
* Elevii mint sau bîrfesc.
* Elevii nu au bani și intră în conflicte.
* Elevii se ceartă cu surori, frați, prieteni, mame, tați sau bunici.
* O ceartă între părinte și copil continuă chiar dacă părintele „încheie" conflictul uneori, refuzînd să mai vorbească despre asta.
* Un elev nu poate studia acasă (ex.: cineva cîntă la pian sau la vioară acolo).
* Un elev copiază și e prins.
* Doi prieteni/ două prietene sunt atrași/ atrase de aceeași fată/ același băiat.
* Un elev face glume mereu pe seama altuia.
* Tatăl unui elev spune că un alt elev nu e destul de bun pentru a fi prietenul fiului său.
* Un profesor spune că un elev a copiat, și el susține că nu.
* Un prieten împrumută un lucru și îl aduce înapoi stricat sau rupt.

Cele mai bune idei pentru jocul pe roluri sunt cele la care vă gîndiți singuri.

## *MEDIEREA ELEVILOR — SESIUNEA A ȘASEA*



### *OBIECTIVE*

La sfîrșitul acestei sesiuni elevii vor putea:

1. Să identifice interesele comune ale celor aflați în conflict.

2. Să recunoască asemănări între ei.

### *MATERIALE*

Foile de activitate „Jocuri pe roluri pentru mediere", „Alcoolul" și „Lista de conflicte obișnuite printre elevi".

### *SESIUNE*

#### *I. BUN VENIT/ SPARGEREA GHEȚII*

Urați-le bun venit elevilor, alegeți o activitate pentru spargerea gheții din apendicele II și după aceea așezați elevii într-un cerc mare.

#### *II. RECAPITULAREA SESIUNILOR ANTERIOARE*

Folosiți sfera magică a înțelepciunii și aruncați-o spre elevi, punînd întrebări pentru a recapitula sesiunile anterioare. (NOTĂ PENTRU PROFESOR: Asigurați-vă că știți răspunsul la aceste întrebări.)

* Dacă doi elevi se ceartă, merg apoi la un mediator și-i cer sfatul pentru rezolvarea problemei, trebuie mediatorul să-i ajute? De ce nu?
* Solicitați doi voluntari care să demonstreze ascultarea reflexivă. Un elev pretinde că vorbește despre un conflict, iar celălalt e mediatorul și încearcă să reflecte ideile primului student. Asigurați-vă că mediatorul reflectă cuvinte exprimînd sentimente.
* Care sunt regulile de bază pentru mediere?
* Cum le poți arăta celor aflați în conflict că le înțelegi sentimentele?
* Cîteva exemple de întrebări deschise.

#### *III. ACTIVITATE*

**<u>Pasul 1</u>: Descoperirea intereselor comune**

Spuneți-le elevilor că astăzi vor învăța pasul #5 al medierii: descoperirea intereselor comune[8]. Folosiți lecția „Sticla de lapte".

[1] Disputanții trebuie să-și descopere interesele autentice pentru a le găsi pe cele comune. Totuși, pentru mai multă simplitate, conceptele de "interes autentic" și "interes comun" vor fi considerate echivalente.



**<u>Pasul 2</u>: Problema ziarului**

Împărțiți clasa în perechi. Acestea vor avea cinci minute pentru a rezolva problema următoare: cum pot sta doi studenți pe un ziar deschis astfel încît să nu se poată atinge, chiar dacă vor. După cinci minute întrebați dacă vreun grup a găsit soluția.

Explicați că, în majoritatea conflictelor, nu există soluție care să-i satisfacă pe ambii disputanți. Poziția fiecăruia poate fi incompatibilă cu a celuilalt. De exemplu, în povestea cu sticla de lapte, părea că nu se poate găsi nici o soluție pentru a afla cine trebuie să ia sticla. Dar, dacă gîndim creator, majoritatea conflictelor pot fi rezolvate. Soluția la problema ziarului e una creatoare: puneți ziarul sub o ușă și închideți ușa. Un student va sta pe ziar în cameră, și altul, tot pe ziar, dar afară.

Împărțiți elevii în grupuri de trei și cereți-le să se gîndească la un conflict care pare imposibil de rezolvat la început, dar care are o soluție creatoare.

Apoi toată lumea se adună într-un cerc mare și își împărtășesc soluțiile creatoare la conflicte.

**<u>Pasul 3</u>: Există similarități (interese comune) în fiecare conflict!**

Acest joc se numește „Obiecte". Mai întîi le cereți elevilor să se gîndească la un obiect și să și-l imagineze. Ei nu trebuie să spună nimănui la ce obiect s-au gîndit. Apoi cineva să spună la ce obiect s-a gîndit și ceilalți să observe în ce măsură obiectul lor e similar cu cel numit. Studenții trebuie să fie creativi. De exemplu, dacă s-au gîndit la un cal și obiectul numit e o barcă, pot spune că cele două obiecte se aseamănă pentru că sunt folosite ambele la transport. La urmă, cereți și altor elevi să-și numească obiectele. Ei sunt, de obicei, surprinși să observe că obiectele lor se aseamănă. Repetați activitatea.

Explicați grupului că oamenii aflați în conflict cred că punctele lor de vedere sunt atît de diferite, încît conflictul lor nu poate fi niciodată rezolvat. Întrebați grupul:

* Ce ne dovedesc ultimele activități?
* De ce este important pentru disputanți să-și găsească asemănări între ei?

**<u>Pasul 4</u>: Întrebări pentru încurajarea descoperirii de interese comune**

Așezați elevii într-un cerc. Spuneți-le că în orice conflict oamenii au și interese comune. Dacă pot descoperi aceste interese comune, atunci conflictul e mai ușor de rezolvat. Sunt anumite întrebări specifice care îi pot ajuta pe oameni să-și descopere interesele comune. Solicitați un elev să citească întrebările de la pasul #5 din ghidul mediatorului.

**<u>Pasul 5</u>: Jocul pe roluri**

Studenții vor folosi foaia „Jocuri pe roluri pentru mediere" primită în sesiunea a patra. Patru voluntari să vină în mijlocul cercului. Dați-le la fiecare foaia de activitate „Alcoolul". Doi elevi sunt în conflict, iar ceilalți doi sunt mediatori. Mediatorii pregătesc zona din mijlocul cercului pentru o sesiune de mediere. Cei patru voluntari joacă rolurile din „Alcoolul".

(NOTĂ PENTRU PROFESOR: Le puteți acorda puțin timp elevilor pentru a repeta rolul înainte de a-l interpreta în fața clasei.) Grupul trebuie să folosească foaia de activitate „Jocuri pe roluri pentru mediere" pentru a-i ghida în timpul respectivului proces. Anunțați clasa că acest joc este un exemplu pentru pașii #1-5 din medierea elevilor. Amintiți-le mediatorilor să folosească gesturi adecvate.

După jocul pe roluri întrebați grupul:

* De ce se certau Harry și Maria?
* Care era poziția lui Harry?
* Care era poziția Mariei?
* Care erau interesele comune ale lui Harry și ale Mariei?
* Cum au descoperit mediatorii aceste interese comune?

Împărțiți elevii în grupuri de șase și cereți-le să-și creeze propriile jocuri pe roluri. Doi elevi din fiecare grup sunt mediatori, doi în conflict și ceilalți doi observatori. Mediatorii pot folosi ghidul mediatorului pentru ajutor. Grupurile urmează pașii din foaia cu jocuri pe roluri pentru mediere. După fiecare joc, schimbați rolurile în grup astfel ca fiecare să fie și mediator.

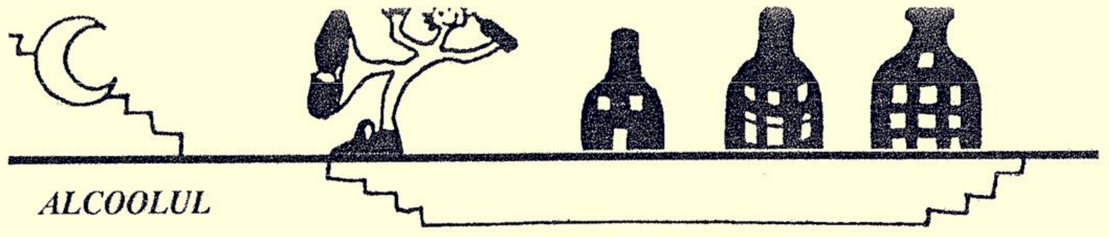
Elevii trebuie să exerseze primii cinci pași din ghidul de mediere a elevilor. Elevii se pot gîndi la propriile conflicte, pe care să le interpreteze, le puteți sugera dv. unul sau puteți consulta „Lista de conflicte obișnuite printre elevi".

## *IV. RECAPITULARE*

## *V. ÎNCHEIERE*

Lăudați-i pe elevi pentru rezultatele bune obținute și spuneți-le că vă veți întîlni data următoare.






## *FOAIE DE ACTIVITATE PENTRU ELEVI*

***Numele*** _____ ***Data*** _____

Cei aflați în conflict se află în mijlocul cercului.

Mediatorul 1: Bună ziua și bun venit la această sesiune de mediere. Vă rog, luați loc.

Harry: Bine.

Maria: Mulțumim.

Mediatorul 2: Bun venit la mediere! Numele meu e Theodore. Cum vă numiți?

Maria: Eu sunt Maria.

Harry: Eu sunt Harry.

Mediatorul 1: Eu sunt Thomas. Înainte de a începe, aș vrea să vă explic cîteva lucruri. Medierea vă va da posibilitatea să lucrați împreună și să vă înțelegeți mai bine. Prin acest proces, puteți încerca să găsiți o soluție care să vă îmbunătățească situația. Medierea vă poate ajuta să cîștigați amîndoi ceva.

Mediatorul 2: Înainte de a începe, vrem să vă spunem cîteva reguli pe care le vom respecta în timpul medierii. Două reguli pe care le urmăm noi, mediatorii, sunt:

* Nu ținem cu nimeni și nu judecăm pe nimeni.
* Tot ce vom spune aici e confidențial.

Sunt și alte reguli de bază cu care sperăm să fiți de acord:

* Nu folosiți porecle, insulte sau învinuiri.
* Nu întrerupeți.
* Fiți sinceri.
* Străduiți-vă să rezolvați problema.
* Tot ce se vorbește aici e confidențial.

Maria, ești de acord cu regulile?

Maria: Da.

Mediatorul 2: Tu ești de acord cu regulile, Harry?

Harry: Dar Maria e rea!

Mediatorul 1: Harry, pentru a participa la mediere, trebuie să urmezi regulile. Acum eşti de acord?

Harry: Bine, sunt de acord.

Mediatorul 1: Bine. Atunci hai să începem! Maria, poţi să ne spui ce s-a întîmplat şi ce simţi?

Maria: Sunteţi siguri că nimeni nu va afla cele spuse de mine acum?

Mediatorul 1: Totul e confidenţial într-o sesiune de mediere.

Maria: Bine. Nu prea ştiu cum să încep. E greu de spus. Nu ştie multă lume, dar mama mea e alcoolică; aşa a fost încă de cînd eram eu mică. Pur şi simplu nu se poate abţine să nu bea şi mie îmi face foarte rău cînd o văd în situaţia asta.

Mediatorul 1: Te doare să o vezi bînd tot timpul.

Maria: Da, şi sunt împărţită între sentimente foarte diferite. Uneori sunt foarte tristă. Mama bea tot timpul şi ţipă la mine: e foarte greu de trăit la noi în casă. Mă ajută dacă vorbesc cu cineva despre mama şi am vorbit mult cu Harry. El e prietenul meu cel mai bun sau... *a fost* prietenul meu cel mai bun. Ieri am aflat că i-a spus mamei lui despre mama mea. Nu-mi vine să cred că a făcut asta!

I-am spus întotdeauna să nu vorbească cu nimeni despre alcoolismul mamei mele. Nu vreau să ştie toată şcoala. Toată lumea mă va considera cam ciudată atunci. Sunt aşa de furioasă pe Harry!

Mediatorul 1: Eşti tristă cînd mama ta ţipă la tine şi ai vorbit despre problema ta cu Harry. I-ai spus să nu vorbească cu nimeni despre problema mamei tale. Dar el i-a spus mamei lui şi tu eşti furioasă. Mai e ceva de adăugat?

Maria: Doar că sunt foarte furioasă pe prietenul meu cel mai bun pentru ce a făcut. Nu cred că o să mai vorbesc vreodată cu Harry!

Mediatorul 1: Deci eşti furioasă pe Harry pentru că i-a spus mamei lui despre problema mamei tale. Altceva?

Maria: Nu, asta-i tot.

Mediatorul 2: Atunci, Harry, spune-ne ce s-a întîmplat şi ce simţi tu!

Harry: Cum a zis şi Maria, ea îmi spune totul despre mama ei. Aceasta este într-adevăr alcoolică. În ultimul timp, ţipă la Maria tot mai mult. I-am spus mamei mele, într-adevăr, pentru că îmi pare tare rău de Maria. Mă simt atît de neajutorat să nu pot face nimic pentru ea, doar să o asculţi şi atît! Trebuia să fac ceva, aşa că i-am spus mamei mele.

Maria: Nu pot să cred că ai făcut asta!

Mediatorul 1: Ne înţelesesem să nu ne întrerupem!

Maria: Îmi pare rău.

Mediatorul 2: Harry, Maria îţi spune totul despre alcoolismul mamei ei. Te simţeai trist şi neajutorat şi ai simţit nevoia să îi spui mamei tale despre asta. Mai ai ceva de adăugat?

Harry: Nu, asta-i tot. Credeam doar că mama ar putea avea vreo idee cum să o ajut pe Maria.

Mediatorul 1: În acest moment al medierii am vrea să staţi amîndoi de vorbă. Harry, te rog, poţi să repeţi ceea ce a spus Maria?



Harry: Sigur. E foarte furioasă pe mine. V-a spus că am vorbit cu mama despre mama ei. Nu vrea să afle cei de la şcoală despre mama ei. Asta-i tot.

Mediatorul 1: Maria, este o descriere corectă a ceea ce ai spus tu?

Maria: Da.

Mediatorul 2: Deci, Maria, poţi repeta ce a spus Harry?

Maria: Harry a spus că a vrut să o ajute pe mama. Aşa că i-a spus mamei lui despre problema mamei mele.

Mediatorul 2: Harry, este aceasta o descriere corectă a ceea ce ai spus tu?

Harry: Nu chiar. Îmi pare rău de mama Mariei şi ţin la ea. Dar adevăratul motiv pentru care i-am spus mamei mele este că ţin la Maria. Îmi pare rău de ea şi vreau să o ajut. Vreau să fiu un prieten bun. Asta este tot.

Mediatorul 1: Maria, care sunt lucrurile cu care sunteţi de acord şi tu, şi Harry?

Maria: Nici unul; nu mai am încredere în el.

Mediatorul 2: Harry, care sunt lucrurile cu care sunteţi de acord şi tu, şi Maria?

Harry: Dificilă întrebare. Cred că ţinem amîndoi la mama Mariei. Nu vreau ca Maria să fie tristă şi cred că nici ea nu vrea.

Mediatorul 1: Se pare că tu şi Maria sunteţi de acord asupra unor lucruri. Amîndoi ţineţi la mama Mariei şi nu vreţi nici unul ca Maria să fie tristă.

Maria: Şi amîndoi vrem să fim prieteni.

Mediatorul 2: Deci se pare că amîndoi vreţi să fiţi prieteni. Aşa este?

Harry: Da.

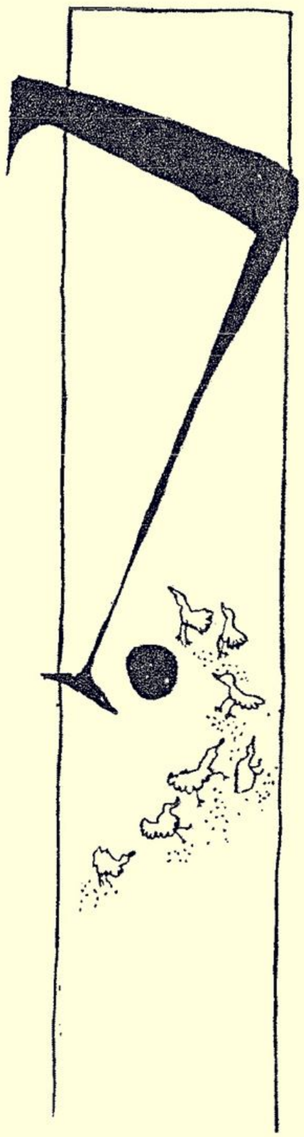
Maria: Da.

## *MEDIEREA ELEVILOR — SESIUNEA A ȘAPTEA*

### *OBIECTIVE*

La terminarea sesiunii a șaptea, elevii vor putea:

1. Să descrie liniile directoare ale activității de brainstorming.
2. Să descrie modalitățile de a-i ajuta pe cei aflați în conflict să evalueze posibilele soluții și să le aleagă pe cele satisfăcătoare.
3. Să descrie modalitățile de a-i ajuta pe cei aflați în conflict să găsească soluții.



### *MATERIALE*

Un ceas care are și secundar, foile de activitate „Foaia cu idei" și „Celula de închisoare".

### *SESIUNE*

#### *I. BUN VENIT/ SPARGEREA GHEȚII*

După ce studenții au sosit, urați bun venit tuturor la sesiunea de pregătire pentru mediere. Alegeți o modalitate de spargere a gheții și după aceea cereți elevilor să se așeze într-un cerc mare.

#### *II. RECAPITULAREA SESIUNILOR ANTERIOARE*

Folosiți sfera magică a înțelepciunii și aruncați-o elevilor cînd puneți întrebări privitoare la sesiunile anterioare:

* De ce e important pentru mediatori să nu judece?
* Care sunt regulile de bază ale medierii?
* Cînd sunt întrebările închise folositoare?
* Care ar fi întrebările pe care le puteți pune celor aflați în conflict pentru a le afla interesele comune?
* Solicitați doi elevi care să demonstreze ascultarea reflexivă. Unul dintre ei pretinde că vorbește despre un conflict; celălalt acționează ca mediator și rezumă ceea ce se vorbește (mai ales cuvintele exprimînd emoții).
* Recapitulați cu elevii scurta descriere a celor cinci pași ai medierii (din ghidul de mediere). Spuneți-le că veți studia în continuare pașii #6 și 7: cum să-i faci pe elevi să-și evalueze soluțiile la propriile probleme.



#### *III. ACTIVITATE*

**Pasul 1:**

Explicați elevilor că, după ce i-au ajutat pe cei aflați în conflict să-și descopere interesele comune, mediatorii trebuie să-i facă să se gîndească la posibilele soluții. Cu cît se gîndesc la mai multe soluții, cu atît e mai bine. Elevii pot recunoaște acest proces ca fiind „brainstorming". Sunt patru linii directoare care îi ajută pe cei aflați în conflict să găsească cît de multe soluții posibile. (Spuneți-le elevilor că cele patru linii directoare sunt enumerate în ghidul mediatorului.) Explicați-le pe scurt:

* *Cei aflați în conflict trebuie să exprime fiecare idee pe care și-o pot imagina*. Unele idei pot părea imposibile sau stupide, dar nu contează. Uneori, cele mai ciudate idei îi fac pe ceilalți să se gîndească la o soluție posibilă.
* *Cei aflați în conflict trebuie să se gîndească la cît mai multe idei posibile*. Cu cît se gîndesc la mai multe idei, cu atît sunt mai mari șansele de a găsi o soluție.
* În timpul procesului de brainstorming, *nu judecați nici o idee drept bună sau rea*. Scopul pasului #6, a te gîndi la cît mai multe soluții, este de a aduna cît mai multe idei posibile, fie ele bune sau rele. Evaluarea diferitelor situații posibile e un moment ulterior în sesiunea de mediere.
* *Nu vorbiți încă despre ideile pe care le aveți. Doar enunțați-le*. Mediatorii trebuie să fie atenți ca disputanții să nu vorbească despre posibilele lor idei în timpul momentelor de brainstorming, să le ceară doar să enunțe cît de multe idei. În timpul unei ședințe reale de mediere, unul din mediatori va trebui să scrie toate ideile pe „Foaia cu idei".

**Pasul 2: Celula de închisoare**

Distribuiți foile de activitate: „Foaia cu idei" și „Celula de închisoare". Studenții se împart în grupuri de 4 sau 6. Individual, fiecare citește „Celula de închisoare". Pentru cinci minute, fiecare se gîndește la cît de multe soluții creatoare posibile, notîndu-le pe „Foaia de idei". Grupurile ar trebui să urmeze liniile directoare pentru brainstorming discutate mai devreme și să ignore, pentru moment, orice consecință pozitivă sau negativă.

*Evaluarea consecințelor pozitive și negative*: Explicați-le elevilor că, după ce le-au cerut celor aflați în conflict să se gîndească la cît de multe soluții posibile, fiecare soluție trebuie evaluată. Mediatorii le cer celor aflați în conflict să se gîndească la consecințele pozitive sau negative ale fiecărei idei.

Fiecare grup trebuie să-și evalueze soluțiile analizîndu-le consecințele pozitive și negative. Pentru a fi totul mai clar, dați următorul exemplu: O soluție posibilă este ca John să strige toată ziua și toată noaptea. Regele nu va putea să doarmă și, în consecință, John va fi eliberat. Dacă el pleacă de la castel, regele va putea să doarmă. Dar sunt și consecințe negative ale acestei soluții. John va avea probleme cu gîtul sau regele se va înfuria și îl va trimite pe John într-o celulă și mai cumplită.

După ce elevii își notează soluțiile și consecințele, ei decid care ar putea fi mai folositoare pentru John în celula de închisoare.

După ce fiecare grup și-a încheiat activitatea, își împărtășesc soluțiile posibile, consecințele și soluția aleasă de John[1].

**Pasul 3: Jocuri pe roluri**

Treceți din nou într-un cerc mare. Elevii folosesc foaia de activitate „Jocuri de mediere pentru elevi", pe care au primit-o cu două sesiuni înainte. Patru voluntari vin în mijlocul cercului; doi sunt mediatori, ceilalți doi sunt disputanți. Mediatorii pregătesc zona din mijlocul cercului pentru sesiunea de mediere. (Ei pot folosi ghidul mediatorului pentru a-și aminti toți pașii și ceea ce trebuie să spună.) Între timp, spuneți-le celor doi disputanți că sunt prieteni buni. Unul a împrumutat radioul de la celălalt. Cînd l-a adus înapoi, era stricat. Acum s-au certat și au venit la sesiunea de mediere pentru a-și rezolva conflictul.

Înainte să începeți jocul pe roluri, spuneți-le elevilor că jocul de azi e deosebit de celelalte. Doi mediatori și doi disputanți interpretează rolurile în mijlocul cercului în timp ce tot grupul asistă. În orice moment al jocului, unul din elevii de pe margine poate să-l bată pe umăr pe unul din mediatori sau disputanți și să-i ia locul în joc. Dacă unul din observatori are, de exemplu, o întrebare de pus, îl bate pe umăr pe unul dintre mediatori și-i ia locul. Mediatorul intră în cerc și devine observator. Noul mediator sau disputant continuă ca și cum n-ar fi fost nici o întrerupere. Trebuie să fie clar pentru grup că, pînă la sfîrșitul jocului, *fiecare* elev trebuie să participe într-un fel. Grupul trebuie să folosească „Jocuri pe roluri pentru mediere" pentru a-i ghida. Informați clasa că acest joc este un exemplu pentru pașii #1-7 din procesul de mediere. Amintiți-le mediatorilor că trebuie să folosească gesturi pozitive și să fie atenți și la gesturile disputanților.

**Pasul 4: Spargerea gheții**

Jocurile pe roluri sunt foarte obositoare uneori, dar sunt moduri eficace și importante de practicare a tehnicilor de mediere. Urmează un moment de spargere a gheții, pentru a-i înviora pe elevi:

Elevii se așază într-un cerc mare și se țin de mîini. O persoană din grup este aleasă ca președinte. Președintele strînge mîna persoanei din dreapta, aceasta procedează la fel cu persoana din dreapta ei și așa mai departe pînă cînd strîngerea de mînă parcurge tot cercul și ajunge la mîna stîngă a președintelui. Atunci începeți din nou și cronometrați cît de repede ajunge strîngerea de mînă la capătul cercului. Repetați activitatea, dar anunțați mai întîi că dv. credeți că ei pot să depășească timpul anterior cu cel puțin patru secunde.

După încheierea activității, întrebați clasa dacă a fost o activitate competitivă sau cooperativă. De ce?

**Pasul 5: Mai multe jocuri pe roluri**

Împărțiți elevii în grupuri de șase pentru jocul pe roluri. Doi elevi din grup sunt mediatori, doi sunt disputanți și doi observă jocul. Mediatorii pot folosi ghidul mediatorului dacă e nevoie. Grupurile interpretează rolurile ținînd cont de pașii din foaia de activitate „Jocuri pe roluri pentru mediere".

[1] Notă pentru profesor: o altă activitate folositoare și amuzantă pentru brainstorming este lecția "Dopuri pentru sticlă".



După fiecare joc, schimbați rolurile astfel încît fiecare să aibă șansa să fie o dată mediator.

Elevii pot interpreta propriile conflicte, puteți să le sugerați dv. unele sau puteți consulta „Lista de conflicte obișnuite printre elevi".

## *IV. RECAPITULARE*

## *V. ÎNCHEIERE*

Lăudați elevii pentru rezultatele obținute și stabiliți următoarea întîlnire.

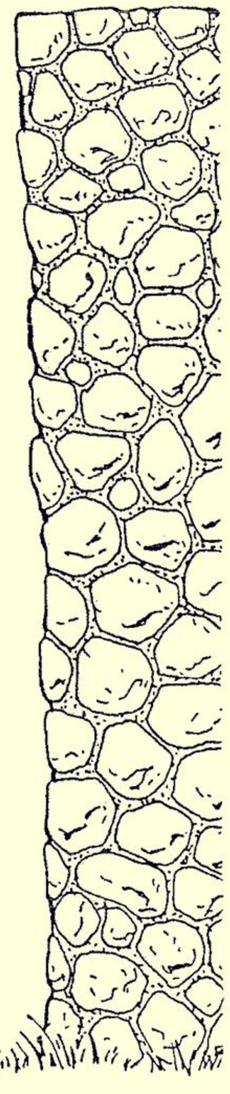
## *CELULA DE ÎNCHISOARE*

### *FOAIE DE ACTIVITATE PENTRU ELEVI*

*Numele*_____ *Data*_____

***John este într-o celulă de închisoare foarte mică. Pereții sunt foarte înalți. Nu are tavan, astfel încît poate vedea cerul albastru deasupra lui. Camera de lîngă celula lui e dormitorul regelui. John ar vrea să evadeze, dar singurele lucruri pe care le are în celulă sunt două sticle, niște bandă adezivă și 20 de creioane. Cum poate să scape?***

***Gîndindu-vă la soluții, nu uitați că trebuie să găsiți cît de multe posibile. Nu criticați sugestiile nimănui. Doar enumerați-le. Notați toate ideile pe „Foaia de idei".***






## *FOAIE DE IDEI PENTRU ACTIVITATEA ELEVILOR*

*Numele*_____ *Data*_____

| Soluții posibile | Consecințe pozitive | Consecințe negative |
|---|---|---|
| | | |

## *MEDIEREA ELEVILOR — SESIUNEA A OPTA*

### *OBIECTIVE*

La sfîrșitul sesiunii a opta elevii vor putea:

1. Să rezume acordurile disputanților implicați în sesiunea de mediere.
2. Să răspundă la întrebări de tipul: „Cum a mers medierea?".
3. Să descrie sistemele de sprijin (de exemplu, responsabilitățile coordonatorului lor).

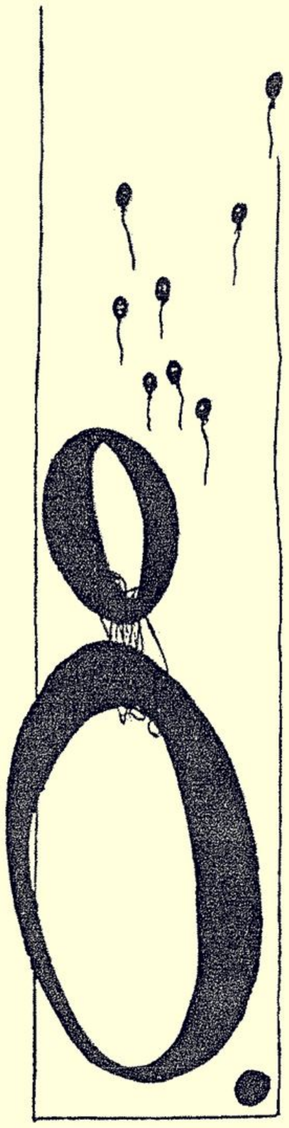
### *MATERIALE*

Foile de activitate „Formular rezolutiv pentru mediere", formularul „Ce au învățat cei aflați în conflict", „Formular de evaluare a mediatorului" și formularul „Cum a mers medierea?".

### *SESIUNE*

### *I. BUN VENIT/ SPARGEREA GHEȚII*

Toată lumea stă într-un cerc mare. Le urați bun venit la toți și le spuneți că sesiunea va începe cu o activitate distractivă. Mai întîi se ridică toți în picioare. Luați un obiect sferic (portocală, măr, minge mică) și spuneți-le tuturor că scopul jocului este de a pasa obiectul de jur împrejurul cercului. Dați obiectul elevului de lîngă dv. și continuați pînă ajunge din nou la dv. Felicitați pe toată lumea și repetați jocul, dar de data asta fără să vă ajutați de mîini. Prindeți obiectul sub bărbie și încercați să-l treceți de la unul la altul doar prin mișcările gîtului și ale bărbiei.



### *II RECAPITULAREA SESIUNILOR TRECUTE*

Recapitulați sesiunile trecute cu ajutorul sferei magice a înțelepciunii:

* Care sunt ideile directoare în căutarea de soluții posibile la o problemă? (Liniile directoare sunt enumerate în ghidul de mediere.) De ce sunt aceste idei directoare importante în procesul de mediere?
* Ce este empatia? Cum pot mediatorii arăta empatia?
* Doi voluntari să demonstreze ascultarea reflexivă. Unul dintre ei pretinde că vorbește despre un conflict; celălalt acționează ca mediator și rezumă ceea ce se vorbește.
* Care sunt regulile de bază ale medierii? (Regulile sunt enumerate în ghidul mediatorului.)



* Să presupunem că un elev e furios pe sora sa. Cei doi vin pentru o sesiune de mediere. Ce întrebări deschise puteți pune pentru a-i ajuta să vorbească despre conflictul lor?
* Ce întrebări le puteți pune fratelui și surorii pentru a descoperi interesele lor comune?

### *III. ACTIVITATE*

**Pasul 1: Formular rezolutiv pentru mediere**

În multe sesiuni de mediere elevii nu numai că învață multe lucruri despre conflict și unul despre altul, dar găsesc și o soluție la conflictul lor. Deci, în timpul unei sesiuni de mediere, dacă se ajunge la o soluție, mediatorii și disputanții completează un formular rezolutiv. Acesta e confidențial și singura persoană care îl vede (pe lîngă mediatori și disputanți) este coordonatorul medierii (profesorul).

Distribuiți foaia de activitate pentru elevi „Formular rezolutiv pentru mediere" și citiți-l cu elevii.

**Pasul 2: Jocuri pe roluri**

Împărțiți elevii în grupuri de șase pentru jocuri pe roluri. (Ei pot alege un joc din „Lista de conflicte obișnuite printre elevi".) Doi sunt mediatori, doi disputanți, iar ceilalți doi urmăresc jocul ca observatori. Mediatorii folosesc ghidul mediatorului pentru ajutor. După fiecare joc, schimbați rolurile astfel încît fiecare elev să fie și mediator. Grupurile urmează pașii din „Jocuri pe roluri pentru mediere". ACCENTUAȚI CĂ ÎN FIECARE JOC PE ROLURI ELEVII TREBUIE SĂ TREACĂ PRIN CEI OPT PAȘI AI MEDIERII PE CARE I-AU ÎNVĂȚAT. Deci ei trebuie să completeze chiar și un „Formular rezolutiv pentru mediere".

**Pasul 3: Spargerea gheții**

După ce grupurile termină jocurile, iată niște modalități amuzante de spargere a gheții. Dacă întregul grup termină jocurile simultan, folosiți aceste activități pentru întregul grup. Dacă nu, explicați activitățile grupurilor individuale după ce și-au terminat jocurile pe roluri.

* Un membru al grupului pretinde că începe să caște pînă cînd toți ceilalți încep să caște cu adevărat.
* Cu ochii închiși, membrii grupului încearcă să se alinieze după înălțime. Cel mai scund trebuie să fie primul, cel mai înalt — ultimul.

**Pasul 4: Ce au învățat cei aflați în conflict**

Împărțiți formularele: „Ce au învățat cei aflați în conflict?" la fiecare elev. Înainte de plecarea disputanților, formularele trebuie completate. Ele arată cine sunt disputanții și ce au învățat ei din sesiunea de mediere. Formularul e confidențial și singura persoană care îl vede (pe lîngă mediatori și disputanți) este coordonatorul medierii (profesorul).

Întrebați elevii în legătură cu răspunsurile posibile la fiecare întrebare din formular.

**Pasul 5: Obișnuința cu formularele de mediere**

Următoarea activitate îi ajută pe elevi să se obișnuiască cu formularele de mediere. Elevii se împart în perechi și fiecare pereche își alege un conflict. Își imaginează și discută cum ar putea doi elevi să-și rezolve un conflict. Apoi decid cum să completeze „Formularul rezolutiv pentru mediere" și formularul „Ce au învățat disputanții". În final, se adună grupul mare din nou. Elevii își împărtășesc lucrurile nou aflate și modalitatea de completare a formularelor.

**Pasul 6: Evaluarea mediatorului**

La finalul sesiunii de mediere, mediatorii pot să le dea celor aflați în conflict „Formularul de evaluare a mediatorului". Dacă doresc, disputanții îl completează și îl dau coordonatorului (sau îl pun într-un loc anume stabilit).

**Pasul 7: Evaluarea medierii**

Distribuiți formularul „Cum a mers medierea?" și citiți-l cu elevii. Explicați-le că la sfîrșitul sesiunii, după ce pleacă disputanții, mediatorii trebuie să completeze formularul și să i-l dea coordonatorului.

**Pasul 8: Jocuri pe roluri**

Elevii vor interpreta din nou niște roluri, ca în pasul #3 al sesiunii. Fiecare a fost măcar o dată mediator, deci trebuie să completeze foaia „Cum a mers medierea?" și să o dea coordonatorului. Accentuați importanța discuțiilor cu coordonatorul după sfîrșitul fiecărei sesiuni. Trebuie discutate deschis problemele întîlnite, lucrurile de care sunt mîndri și altele. Dacă e nevoie, stabiliți locuri și momente unde elevii pot veni să discute cu dv.

## *IV. RECAPITULARE*

## *V. ÎNCHEIERE*

Lăudați elevii pentru rezultatele lor și stabiliți următoarea întîlnire.



## *FORMULAR REZOLUTIV PENTRU MEDIERE*

***Formularul acesta se completează cînd cei aflați în conflict ajung la o înțelegere.***

*Numele mediatorilor* _____ *Data* _____

*Care este subiectul conflictului?* _____

_____

_____

***Acordul***

***Disputanții și-au rezolvat conflictul. Amîndoi sunt de acord cu următoarele:***

_____ *este de acord să* _____
*(Numele complet al disputantului)*

_____

_____

_____

_____ *este de acord să* _____
*(Numele complet al disputantului)*

_____

_____

_____

***Ambii elevi consideră că s-a rezolvat conflictul. Ei semnează mai jos, arătînd că vor duce la îndeplinire condițiile acordului.***

*Semnătura elevului* _____ *Data* _____

*Semnătura elevului* _____ *Data* _____

*Martori:*

*Semnătura elevului mediator* _____ *Data* _____

*Semnătura elevului mediator* _____ *Data* _____

## *CE AU ÎNVĂȚAT CEI AFLAȚI ÎN CONFLICT*

*Acest formular trebuie completat la sfîrșitul fiecărei sesiuni de mediere.*
*Numele mediatorului*_____ *Data*_____

_____ _____

*Care este conflictul?*_____

_____

*Enumerați ce*_____ *a învățat:*
*(numele complet al disputantului)*

*1. Conflictul*_____

*2. Celălalt elev*_____

*3. Cum înțelege el/ ea conflictul diferit față de începutul sesiunii de mediere:*_____

_____

*Enumerați ce*_____ *a învățat:*
*(numele complet al disputantului)*

*1. Conflictul*_____

*2. Celălalt elev*_____

*3. Cum înțelege el/ ea conflictul diferit față de începutul sesiunii de mediere:*_____

_____

*Ambii elevi consideră că s-a rezolvat conflictul. Ei semnează mai jos, arătînd că vor duce la îndeplinire condițiile acordului.*

*Semnătura elevului*_____ *Data*_____
*Semnătura elevului*_____ *Data*_____

*Martori:*
*Semnătura elevului mediator*_____ *Data*_____
*Semnătura elevului mediator*_____ *Data*_____



## *FORMULAR DE EVALUARE A MEDIATORULUI*

*Acest formular trebuie completat la sfîrșitul fiecărei sesiuni de mediere.*

*1. Descrieți cum credeți că a mers sesiunea de mediere.*

*2. Cine au fost mediatorii în timpul sesiunii dv.?*

*3. Care au fost punctele forte ale mediatorilor în această sesiune?*

*4. Ce ar trebui să îmbunătățească mediatorii în timpul sesiunilor?*

*5. Puteți folosi spațiul de mai jos pentru a descrie mai detaliat gîndurile și sentimentele dv. în legătură cu unul din mediatori sau cu amîndoi.*

## *FOAIE DE ACTIVITATE PENTRU ELEVI*

*Numele*_____ *Data*_____

Acest formular trebuie completat după plecarea disputanților. Fiecare mediator completează un formular separat.

1. În ce fel medierea a fost reușită?_____

2. Cîteva lucruri pe care le pot face pentru a îmbunătăți medierea:_____

3. Ce a fost mai dificil în această mediere?_____

4. Iată cîteva întrebări pe care mi le-am pus în timpul medierii:

   1.

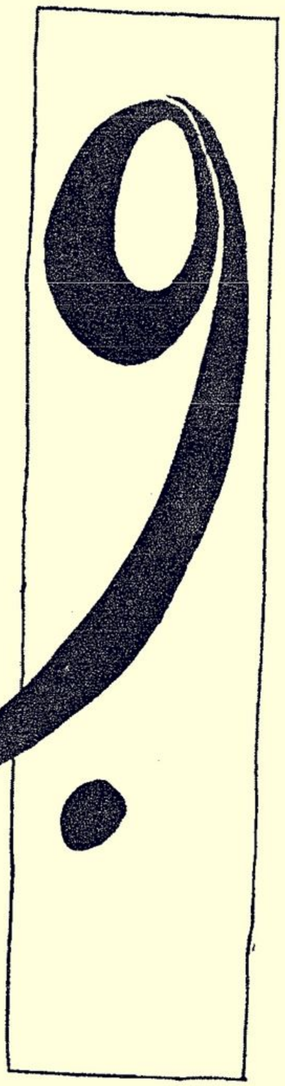
   2.

   3.

5. Felicitați-vă pentru realizările din timpul medierii!







## *OBIECTIVE*

La sfîrșitul sesiunii a noua elevii vor putea:

1. Să explice și să exemplifice cei zece pași ai medierii.
2. Să explice tehnicile de conducere ale unui mediator.
3. Să descrie metode de înlăturare a stresului.

## *MATERIALE*

Nici unul.

## *SESIUNE*

### *I. BUN VENIT/ SPARGEREA GHEȚII*

După sosirea tuturor, îi așezați într-un cerc mare și le urați bun venit.

Le spuneți elevilor că au potențialul de a deveni conducători. Așezați-i într-o linie dreaptă. Prima persoană e conducătorul. Ceea ce face el trebuie să facă și ceilalți. Astfel, conducătorul poate să se plimbe prin clasă și ceilalți — încă în linie — îl urmează. Dacă el se strecoară sub o bancă, toți ceilalți se strecoară și ei pe sub bancă după el. După puțin timp, conducătorul se duce la celălalt capăt al rîndului și persoana care urmează după el devine conducător. Procedeul continuă pînă cînd fiecare a reușit să fie conducător. Așezați grupul într-un cerc mare. Întrebați-i pe elevi:

* Ce este un conducător?
* Cum sunt mediatorii și conducătorii?
* Credeți că puteți fi cu toții conducători?

### *II. RECAPITULAREA SESIUNILOR ANTERIOARE*

Cu ajutorul sferei magice a înțelepciunii, recapitulați prin întrebări rapide sesiunile anterioare:

* Cînd trebuie completat formularul rezolutiv pentru mediere?
* Cui trebuie să-i dați formularul „Cum a mers medierea?“ completat?
* Cum găsesc elevii o rezolvare la problema lor în mediere?
* Doi voluntari să demonstreze ascultarea reflexivă. Unul dintre ei pretinde că vorbește despre un conflict; celălalt acționează ca mediator și rezumă ceea ce se vorbește.

* Care sunt regulile de bază ale medierii?

* Care sunt întrebările pe care le puteți pune disputanților pentru a le descoperi interesele comune?

## *III. ACTIVITATE*

**Pasul 1**:

Elevii folosesc foaia de activitate „Jocuri pe roluri pentru mediere". Patru voluntari merg în mijlocul cercului: doi sunt mediatori și doi sunt în conflict. Mediatorii pregătesc zona din mijlocul cercului pentru mediere. (Ei pot folosi ghidul mediatorului pentru a-și aminti pașii.) Spuneți-le disputanților că sunt frate și soră. Fratele a încercat să studieze pentru un examen important la matematică, dar sora lui exersa la pian și el nu putea să se concentreze. Dar și ea trebuia să exerseze pentru un recital de pian. Fratele și sora sunt acum în conflict. Nici el nu a luat o notă bună la test, nici ea nu a fost bine pregătită pentru recitalul de pian. Fratele și sora au decis să-și rezolve conflictul cu ajutorul medierii.

Înainte de a începe jocul li se va aminti elevilor de jocul din sesiunea a șaptea, în care fiecare din cerc putea să-l bată pe umăr pe unul din participanți și să-i ia locul. Dacă unul din observatori are, de exemplu, o întrebare de pus, îl bate pe umăr pe unul dintre mediatori și-i ia locul. Mediatorul intră în cerc și devine observator. Noul mediator sau disputant continuă ca și cum n-ar fi fost nici o întrerupere. *Pînă la sfîrșitul jocului, fiecare elev trebuie să participe într-un fel.* (NOTĂ PENTRU PROFESOR: Dacă elevii sunt timizi, puteți să-i numiți dv. că să participe la joc.)

Interpreții trebuie să folosească „Jocuri pe roluri pentru mediere" pentru a-i ghida. Informați clasa că acest joc este un exemplu pentru pașii #1-9 din procesul de mediere. Amintiți-le mediatorilor că trebuie să folosească gesturi pozitive în timpul jocului pe roluri.

**Pasul 2:**

Spuneți grupului că ultimul pas al medierii este să te feliciți singur pentru cele întreprinse. Fiecare să-și ducă brațele la piept și să-și ofere o îmbrățișare lui însuși. După mediere ei trebuie să se simtă foarte mîndri pentru că i-au ajutat pe alții.

Spuneți clasei că, pentru a dovedi că se sprijină unii pe alții, se vor îmbrățișa cu toții.

Un elev, „conducătorul", trece pe la fiecare din cerc și îl îmbrățișează. Unul cîte unul apoi formează un lanț de copii care se îmbrățișează: după ce a fost îmbrățișat de un coleg, fiecare se alătură șirului, mergînd să-i îmbrățișeze și el pe ceilalți.

**Pasul 3:**

Spuneți clasei să se așeze într-un cerc mare, umăr la umăr. Toată lumea se întoarce spre dreapta, unul în spatele altuia. Fiecare masează spatele celui din față. După cîteva minute, se întorc la stînga și se schimbă rolurile. După alte cîteva minute, toți se așază la loc în cerc. NOTĂ PENTRU PROFESOR: Într-o clasă cu băieți și fete poate fi mai indicat să: stea în picioare în cerc, cu fața spre centrul cercului, să-și pună o mînă pe umărul celui de lîngă ei și să maseze.

Amintiți clasei că una din caracteristicile de bază ale mediatorului este că îi pasă de ceilalți; de aceea a și decis să devină mediator. A ajuta pe alții poate fi însă stresant și dificil. Întrebați-i pe elevi ce fac atunci cînd sunt „stresați".

Stresul este o reacție normală în timpul medierii și după aceea. Spuneți elevilor că după o sesiune de mediere, dacă se simt stresați, există activități simple care pot reduce stresul. Învățați-i pe elevi cîteva astfel de activități folosind apendicele I.



**Pasul 4: Jocuri pe roluri**

Împărțiți elevii în grupuri de șase pentru jocuri pe roluri. Doi sunt mediatori, doi disputanți, iar ceilalți doi urmăresc jocul ca observatori. Mediatorii folosesc ghidul mediatorului pentru ajutor, dacă au nevoie. După fiecare joc, schimbați rolurile astfel încît fiecare elev să fie și mediator. Grupurile urmează pașii din „Jocuri pe roluri pentru mediere". ACCENTUAȚI CĂ ÎN FIECARE JOC PE ROLURI ELEVII TREBUIE SĂ TREACĂ PRIN TOȚI PAȘII MEDIERII PE CARE I-AU ÎNVĂȚAT. Deci ei trebuie să completeze un formular „Ce au învățat cei aflați în conflict din mediere", un „Formular rezolutiv pentru mediere" și un „Formular de evaluare a medierii". După fiecare joc pe roluri pentru mediere trebuie să se desfășoare și o activitate anti-stres.

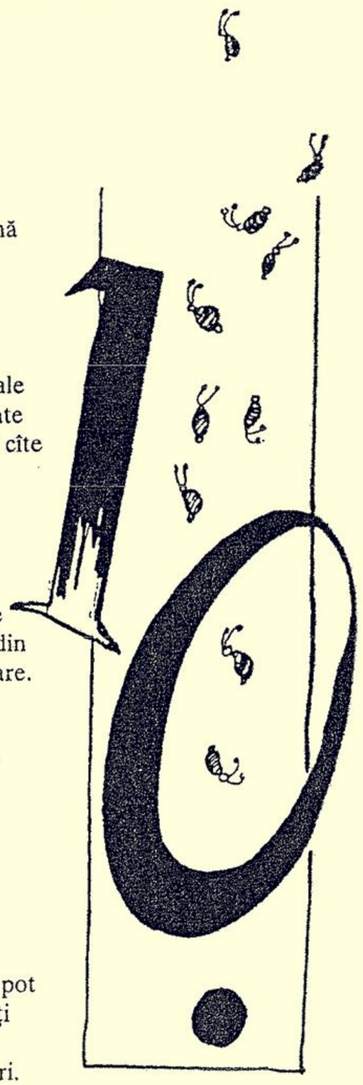
Elevii pot interpreta propriile conflicte, puteți să le sugerați dv. unele sau puteți consulta „Lista de conflicte obișnuite printre elevi".

## *IV. RECAPITULARE*

## *V. ÎNCHEIERE*

Lăudați elevii pentru rezultatele lor și stabiliți următoarea întîlnire.

## *MEDIEREA ELEVILOR — SESIUNEA A ZECEA*



### *OBIECTIVE*

La sfîrșitul sesiunii a zecea, elevii vor putea:

1. Să identifice și să explice cei zece pași ai medierii.
2. Să facă publicitate medierii.
3. Să spună timpul și data din timpul săptămînii cînd preferă să se țină întîlnirile pentru practicarea diferitelor tehnici și pentru a tine legătură cu ceilalți.

### *MATERIALE*

Sfera magică a înțelepciunii, afișe, hîrtie, creioane și alte materiale pentru a crea materiale publicitare, certificate de mediator, completate pentru fiecare elev care a terminat cu succes sesiunea de pregătire și cîte un cartonaș cu ghidul mediatorului pentru fiecare elev.

### *SESIUNE*

### *I. BUN VENIT/ SPARGEREA GHEȚII*

După ce studenții au sosit, urați bun venit tuturor la sesiunea de pregătire pentru mediere. Alegeți o modalitate de spargere a gheții din apendicele II și după aceea cereți elevilor să se așeze într-un cerc mare.

### *II. RECAPITULAREA SESIUNILOR ANTERIOARE*

Elevii vor arunca de la unul la altul sfera magică a înțelepciunii. Fiecare elev care prinde mingea spune ceva învățat la sesiunile de pregătire pentru mediere.

### *III. ACTIVITATE*

**<u>Pasul 1</u>: Jocuri pe roluri**

Împărțiți elevii în grupuri de șase pentru jocuri pe roluri. Elevii pot interpreta propriile conflicte, puteți să le sugerați dv. unele sau puteți consulta „Lista de conflicte obișnuite printre elevi". Doi elevi sunt mediatori, doi disputanți, iar ceilalți doi urmăresc jocul ca observatori. (Mediatorii pot folosi ghidul mediatorului pentru ajutor.) După fiecare joc, schimbați rolurile astfel încît fiecare elev să fie și mediator. Grupurile urmează pașii din „Jocuri pe roluri pentru mediere". ACCENTUAȚI CĂ ÎN FIECARE JOC PE ROLURI ELEVII TREBUIE SĂ TREACĂ PRIN TOȚI PAȘII MEDIERII PE CARE



I-AU ÎNVĂȚAT. Deci ei trebuie să completeze chiar și un „Formular rezolutiv pentru mediere" și mediatorii trebuie să încheie fiecare sesiune cu o activitate anti-stres.

**<u>Pasul 2</u>: Publicitate**

Împărțiți elevii în grupuri de patru. Vor avea de găsit, prin brainstorming, moduri adecvate de a face publicitate serviciilor de mediere. De exemplu, ar fi bune niște postere? Sau ar scrie un articol de ziar?

După douăzeci de minute, toți se întorc într-un cerc mare și își împărtășesc ideile. Apoi, elevii își folosesc ideile pentru a crea materiale publicitare individual sau în grupuri mici.

**<u>Pasul 3</u>: Absolvirea**

Spuneți-le elevilor că ei sunt foarte deosebiți. Felicitați-i pentru că ei sunt, oficial, elevi mediatori. Oferiți-le certificatele de absolvire și cîte un cartonaș cu ghidul mediatorului. Spuneți-le să poarte acest cartonaș pretutindeni, de cîte ori au nevoie de el în mediere. Întrebați-i cum se simt ca elevi mediatori.

NOTĂ PENTRU PROFESOR: Dacă e posibil, folosiți prilejul unei serbări sau întruniri din școală pentru a-i prezenta pe noii mediatori oficial și a începe noul program. În felul acesta, procesul de mediere va obține mai multă credibilitate. Directorul poate rosti cîteva cuvinte și semna certificatele. Mediatorii pot prezenta piesa „Cei trei purcelușI" (din apendicele III) pentru a demonstra clar și amuzant, totodată, necesitatea medierii.

**<u>Pasul 4</u>: Data și locul întîlnirilor săptămînale**

Informați grupul despre data și locul unde mediatorii se întîlnesc săptămînal pentru schimb de experiență și pentru a ține legătura între ei. La următoarea întîlnire va fi poate necesar să se lucreze mai mult la metodele de publicitate a serviciilor de mediere. Întîlnirile mai sunt necesare și pentru a practica tehnici de mediere.

### *IV. RECAPITULARE*

### *V. ÎNCHEIERE*

Felicitați-i pe elevi pentru că au devenit mediatori și stabiliți întîlnirile săptămînale.

# *CERTIFICAT*

# *DE ELEV MEDIATOR*

*Acest certificat i-a fost oferit lui*

_____

*pentru încheierea cu succes a*
*cursului de pregătire pentru mediere*

_____ _____
Semnătura coordonatorului Data

_____ _____
Semnătura directorului Data



**GHIDUL ELEVULUI MEDIATOR**

1. Pregătiți zona.
2. Bun venit.
3. Explicați regulile.
4. Ascultați conflictul.
5. Recunoașteți interesele comune.
6. Gîndiți-vă la soluții.
7. Găsiți o rezoluție (sau notați informația aflată).
8. Treceți totul pe hîrtie.
9. Faceți munca de birou.
10. Felicitări!

**GHIDUL ELEVULUI MEDIATOR**

1. Pregătiți zona.
2. Bun venit.
3. Explicați regulile.
4. Ascultați conflictul.
5. Recunoașteți interesele comune.
6. Gîndiți-vă la soluții.
7. Găsiți o rezoluție (sau notați informația aflată).
8. Treceți totul pe hîrtie.
9. Faceți munca de birou.
10. Felicitări!

**GHIDUL ELEVULUI MEDIATOR**

1. Pregătiți zona.
2. Bun venit.
3. Explicați regulile.
4. Ascultați conflictul.
5. Recunoașteți interesele comune.
6. Gîndiți-vă la soluții.
7. Găsiți o rezoluție (sau notați informația aflată).
8. Treceți totul pe hîrtie.
9. Faceți munca de birou.
10. Felicitări!

**GHIDUL ELEVULUI MEDIATOR**

1. Pregătiți zona.
2. Bun venit.
3. Explicați regulile.
4. Ascultați conflictul.
5. Recunoașteți interesele comune.
6. Gîndiți-vă la soluții.
7. Găsiți o rezoluție (sau notați informația aflată).
8. Treceți totul pe hîrtie.
9. Faceți munca de birou.
10. Felicitări!

**GHIDUL ELEVULUI MEDIATOR**

1. Pregătiți zona.
2. Bun venit.
3. Explicați regulile.
4. Ascultați conflictul.
5. Recunoașteți interesele comune.
6. Gîndiți-vă la soluții.
7. Găsiți o rezoluție (sau notați informația aflată).
8. Treceți totul pe hîrtie.
9. Faceți munca de birou.
10. Felicitări!

**GHIDUL ELEVULUI MEDIATOR**

1. Pregătiți zona.
2. Bun venit.
3. Explicați regulile.
4. Ascultați conflictul.
5. Recunoașteți interesele comune.
6. Gîndiți-vă la soluții.
7. Găsiți o rezoluție (sau notați informația aflată).
8. Treceți totul pe hîrtie.
9. Faceți munca de birou.
10. Felicitări!

## *CUM SĂ ORGANIZĂM UN PROGRAM DE MEDIERE PENTRU ELEVI*

Implementarea unui program de mediere în școala dv. va folosi întregii comunități. Sunt șase pași ai acestui program de implementare și ei sunt descriși în detaliu în cele ce urmează.

### I. Obținerea sprijinului administrativ

*A. Investigați resursele școlii.*

1. Ce nevoi ale școlii poate suplini programul de mediere?
2. Ce situații se potrivesc sau nu pentru medierea elevilor? [Poate fi necesar să verificați politica școlii în legătură cu disciplina. În majoritatea școlilor, orice conflict violent nu se rezolvă prin mediere.]

*B. Alegeți un coordonator sau mai mulți.*

O echipă de coordonatori poate fi mai bună decît o singură persoană, care poate să nu aibă destul timp și flexibilitate pentru a se ocupa de întregul program de mediere. E important să fie o persoană adultă la dispoziția elevilor mediatori atunci cînd ei au nevoie.

1. Cine ar vrea și ar fi capabil să fie un bun coordonator?
2. Înțelege acea persoană intențiile programului?
3. Care sunt așteptările persoanei în legătură cu ceea ce se poate realiza prin acest program?
4. Vă poate persoana ajuta să obțineți sprijin administrativ?

*C. Alcătuiți un proiect.*

Un proiect al programului este necesar pentru obținerea sprijinului material și verbal. Un proiect obișnuit cuprinde următoarele:

1. Generalități: Descrierea pe scurt a problemelor școlii și a programului de mediere.
2. Motivația: O descriere scurtă a punctelor forte ale programului. (Vezi „Scopurile medierii elevilor".)

3. Telul programului: Ce avantaje oferă programul pentru elevi, profesori și administrația școlii? Fiți specifici.

   Cum poate rezolva programul problemele menționate la punctul „Generalități"?
4. Plan de lucru: Cum vor fi elevii selectați și pregătiți?
5. Buget: Se pot deține: clase puse la dispoziția mediatorilor, obiecte de birou (materiale pentru xerox), insigne, tricouri pentru a-i identifica pe mediatori etc.

*D. Întîlniți-vă cu membri ai administrației care vă pot ajuta.*

Explicați-le țelurile și procedeele de pregătire ale medierii elevilor. Accentuați că implementarea programului îi poate ajuta pe elevi, profesori și administrația. (Dacă e necesar, prezentați și acest manual sistematic alcătuit.)

În majoritatea școlilor ajutorul administrației este important pentru implementarea și menținerea programului. Pentru a le obține ajutorul, puteți să-i invitați să facă parte din comitetul de coordonare. Scopul comitetului este de a acționa ca reprezentanți din partea conducerii școlii, ajutînd la succesul programului.

Uneori administrația poate fi sceptică în legătură cu pregătirea elevilor și capacitățile lor de mediatori. Explicați-le că medierea urmează unui program intensiv de zece săptămîni, care oferă o pregătire temeinică elevilor. În funcție de cum vă organizați programul, puteți să informați școala că nu vă ocupați de conflicte în care sunt implicate droguri, arme etc.

Dacă administrația nu vă ajută și refuză să accepte programul în școală, acesta poate fi implementat într-un mediu mai puțin tradițional — o organizație de tineret, o bibliotecă, un local public sau casa cuiva.

### II. Obținerea interesului elevilor

Faceți publicitate programului de mediere prin cît mai multe surse posibile. Puteți anunța:

* Ce face un mediator.
* Cît de mult poate ajuta medierea în școală.
* Cît de folositoare poate fi medierea în predarea rezolvării conflictelor și a tehnicilor de conducere.
* Cum poate fi medierea o modalitate interesantă de a-ți face noi prieteni.

Posibile metode publicitare pentru atragerea elevilor și profesorilor:

1. Puneți în scenă (cu elevii) piesa scurtă „Cei trei purceluși" din apendicele III. Aceasta se poate face în clase sau la o serbare a școlii.
2. Zvonuri.

* Vorbiți cu elevii despre programul de mediere.

* Rugați și alți profesori să vorbească cu elevii lor.

* Spuneți elevilor să vorbească și ei despre program.

3. Scrieți un articol în ziarul local sau al școlii.

4. Împărțiți fluturași sau broșuri elevilor.

5. Organizați o întîlnire pentru a explica însemnătatea programului.

6. Un elev sau un profesor să explice programul înainte de începerea orelor, dimineața.

7. Anunțați programul la stația de radio a școlii.

8. Afișe.

Trebuie să anunțați data, ora și locul sesiunilor informative pentru mediere. Din cauza orarului diferit al elevilor, pot fi necesare două sau mai multe astfel de sesiuni.

La sesiunile informative, explicați ce este medierea, cum este folositoare elevilor și școlii și responsabilitățile unui mediator. Spuneți-le că medierea se învață mai ales prin joc și pregătirea este o activitate amuzantă. Alegeți chiar o activitate amuzantă care să le stîrnească interesul elevilor. Anunțați data, ora și locul primei sesiuni de pregătire.

**III. Selectați elevii**

De obicei, nu intră în programul de pregătire mai mult de 30 de elevi simultan. Pentru ca medierea să fie acceptată și utilizată de întreaga școală, mediatorii trebuie să fie reprezentativi, în diversitatea grupului de elevi. De exemplu, dacă numai elevii cu rezultate bune la învățătură sunt mediatori, cei cu rezultate mai slabe ar putea să fie intimidați și să nu participe la program sau, după ce acesta funcționează, să nu îl folosească.

Această diversitate se referă la:

* Notele obținute

* Elevi cuminți/ elevi „cu probleme"

* Sex

* Religie

* Rasă/ etnie

* Capacități de conducere puternice/ slabe

* Capacități intelectuale mai mari/ mai reduse

* Alte situații specifice școlii voastre.



Există cel puțin patru modalități de abordare în selectarea elevilor. Alegeți varianta care vi se pare mai potrivită pentru școala voastră[1].

**ABORDAREA I**: Fiecare elev din școală participă la programul de mediere. Profesorii pot preda informațiile tuturor elevilor din clasă. Dacă apar conflicte, fiecare elev poate fi mediator.

**ABORDAREA II**: Toți elevii interesați sunt implicați în program.

**ABORDAREA III**: Se organizează interviuri cu elevii interesați. Sunt selectați 20-30 pentru a participa la programul de pregătire.

Întrebări tipice pentru interviu:

1. De ce vrei să fii mediator?

2. Ce calități trebuie să aibă un prieten bun?

3. Ce rol crezi că vei avea ca mediator?

4. Ce tipuri de conflict credeți că veți întîlni ca mediatori?

Alegeți un eșantion reprezentativ din școală. De exemplu, o școală cu mai multe grupuri etnice trebuie să aibă mediatori din toate aceste grupuri.

**ABORDAREA IV**: Elevii pot numi doi colegi de clasă care consideră ei că ar fi buni mediatori (elevii se pot oferi și singuri). Profesorii selectează apoi un eșantion reprezentativ dintre elevii numiți și îi anunță pe cei selectați. Dacă sunt interesați, le puteți facilita o întîlnire cu coordonatorul programului. Dacă mai puțin de 30 de studenți participă la întîlnire, pot intra cu toții în programul de pregătire. Altfel, se organizează interviuri, la fel ca în Abordarea III.

În Abordarea IV, spuneți-le elevilor că numirea elevilor e confidențială. Fiecare elev scrie un nume pe o bucată de hîrtie, o împăturește și i-o dă profesorului.

**IV. Pregătiți elevii**

Organizați întîlniri de pregătire zilnic sau săptămînal, la anumite ore. Folosiți programul de pregătire în 10 pași din acest manual. Activitățile și lungimea sesiunilor pot fi adaptate, dar încercați să aveți măcar o sesiune pe săptămînă. Opțional, elevii care au absolvit cursul de mediere pot să-i ajute pe cei noi.

---

[1] După ce elevii au fost aleși pentru programul de mediere, trimiteți cîte o scrisoare părinților, explicîndu-le medierea, folosul ei, felicitîndu-i pentru alegerea copiilor lor și cerînd o scrisoare în care să-și dea acordul pentru participarea copilului la program ("Scrisoare de acceptare a medierii elevilor").

## V. Organizarea programului

După ce elevii au terminat programul de mediere, cum pot ceilalți elevi să-i găsească sau să știe că ei sunt mediatori? Există mai multe strategii. Folosiți-le pe acelea care răspund cel mai bine nevoilor, resurselor și regulilor școlii noastre. În unele școli, de pildă, mediatorii pot lipsi de la ore în vederea medierii. În altele există strategii mai practice și mai eficiente, cum ar fi programarea sesiunilor de mediere în timpul liber al mediatorului, dar și al coordonatorului. E de preferat ca procesul de mediere să fie controlat de coordonator înainte. Acesta programează sesiunile, avînd grijă ca ele să nu deranjeze programul școlii și să nu se abată de la regulamente. Programele de mediere nu se implică, de obicei, în conflicte cu arme, droguri și așa mai departe. De acestea se ocupă în general psihologul, un profesor sau cineva din administrație.

Iată cîteva strategii pentru ca elevii în conflict să localizeze și să folosească serviciile de mediere:

A. Se poate folosi o cameră specială numai pentru mediere. Dacă nu, sesiunile pot fi ținute în orice loc privat: o clasă goală, un loc de pe terenul de joacă sau biroul psihologului[1].

B. Elevii în conflict pot completa o „Cerere de mediere". Dacă ambii elevi sunt de acord cu medierea, coordonatorul (sau elevii, în unele programe) stabilește momentul și desemnează mediatorii.

C. În funcție de politica școlii, dacă mediatorii văd un conflict, se pot apropia, spun că sunt mediatori și îi întreabă pe cei aflați în conflict dacă vor să încerce medierea. Dacă vreunul din disputanți spune „Nu", mediatorii trebuie să renunțe. Multe școli, cu excepția celor primare, preferă să nu folosească această abordare, pentru că mediatorii pot să intervină în mijlocul unui conflict violent și necontrolabil.

D. Elevii pot completa o „Cerere de mediere" și o pot lăsa într-o cutie poștală, undeva în zona școlii. La sfîrșitul fiecărei zile, un profesor (coordonatorul programului de mediere) ridică cererile și organizează ședințele de mediere pe baza lor. Atribuirea de mediatori disputanților se face cu multă precauțiune. Uneori disputanții se simt mai bine cu mediatori de același sex. De obicei, e mai bine să ai echipe mixte de mediatori.

E. Anumite zone pot fi păstrate pentru mediere la ore fixe din zi. Mediatorii lucrează cu rîndul după un program stabilit, de obicei, de coordonator.

F. Profesorii pot folosi „Formularul de referințe pentru mediere" pentru a-și trimite elevii în conflict la mediatori.

[1] Biroul psihologului nu e locul cel mai indicat; un loc neutru adaugă credibilitate și confidențialitate medierii. Elevii asociază deseori birourile cu autoritatea și nu se simt în largul lor acolo.



După mediere, cei aflați în conflict pot aranja să se mai întîlnească cu mediatorii pentru a vedea dacă acordul a funcționat. Mediatorii se pot întîlni cu disputanții individual, scurt, pe hol, sau se poate aranja o nouă sesiune la dorința coordonatorului. Mediatorii nu decid, de obicei, dacă se reprogramează o întîlnire. Dacă se constată că s-au încălcat regulile, disputanții pot cere o nouă sesiune de mediere. Toate întîlnirile și sesiunile trebuie inițiate de unul sau ambii disputanți, care răspund de propriile lor acțiuni.

## VI. Menținerea programului

Întîlnirile și consultațiile săptămînale dintre coordonatorul programului de mediere și elevi țin grupul la curent cu progresul și problemele elevilor. Multe lucruri se pot rezolva la aceste întîlniri. Primele probleme apărute la medieri pot fi discutate și elevii pot învăța unii din experiențele altora. Amintiți-le elevilor că tot ce se discută rămîne confidențial și „nu părăsește camera". Activitățile legate de rezolvarea conflictelor (din Partea I a manualului) pot fi, de asemenea, folosite. Elevii pot practica medierea și prin jocul pe roluri, explicat în sesiunile de pregătire. Grupul poate să-și facă publicitate pentru a atrage atenția elevilor.

Iată cîteva posibilități de a face publicitate medierii elevilor pentru elevii aflați în conflict:

A. Articole pentru ziarul local sau al școlii.

B. Fluturași.

C. Evenimente sportive, dans sau o conferință despre înțelegere. Faceți publicitate evenimentului menționînd că e sponsorizat de mediatori.

D. Broșuri.

E. Pliante turistice.

F. Prezentare video a medierii.

G. Știri despre mediere la programele de știri radio/ TV (de obicei, le plac astfel de povești).

H. Convocați o adunare. Explicați conceptele medierii prin jocul pe roluri sau prin punerea în scenă a piesei „Cei trei purcelușI" din apendicele III.

I. Prezentați-le studenților medierea mergînd prin clase și jucînd pe roluri un conflict și o sesiune de mediere.

J. Purtați nasturi sau insigne cu o siglă a medierii elevilor.

K. Faceți anunțuri la stațiile radio din școală.

L. Pregătiți un panou publicitar în holul școlii.

Un feedback autentic între elevi și profesori în legătură cu rezultatele medierii este foarte important. Atît profesorii, cît și elevii pot oferi sugestii valoroase în ce privește îmbunătățirea eficienței programului.

---

Structura acestei secțiuni este adaptată după Lisa Blackman.



## CERERE DE MEDIERE

Numele meu este _____ și am un conflict cu _____

Iată despre ce este vorba: _____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Orele cele mai bune pentru mine în vederea unei ședințe de mediere sunt: _____

_____

_____

Elevii mediatori mă pot contacta la: _____

_____

Aș vrea să înțeleg mai bine conflictul și să încerc să-l rezolv întîlnindu-mă cu mediatorii și cu celelalte persoane implicate.

_____ _____

Semnătura elevului Data

## FORMULAR DE REFERINȚE PENTRU MEDIERE

Acest formular se va folosi de profesori sau administrație pentru a recomanda elevii pentru mediere.

Numele elevilor: _____

_____

_____

_____

Recomandați de: _____

Descrierea conflictului:_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Unde a apărut conflictul (bifați):

_____Clasă_____Coridor _____Prînz _____Curtea școlii_____Altele

_____ _____

Semnătura profesorului/ administratorului Data



## ADEVERINȚĂ PENTRU ACCEPTAREA ELEVULUI ÎN PROGRAMUL DE MEDIERE

Dragă domnule/ doamnă (părinte sau susținător legal) _____

Felicitări! Copilul dv. a fost ales pentru a deveni mediator. El/ ea va lua parte la _____ ore de pregătire. Programul va fi coordonat de_____

_____

Mediatorii sunt elevi pregătiți să faciliteze discuțiile dintre doi elevi aflați în conflict sau grupuri în căutarea unei soluții. V-am fi recunoscători dacă ați semna confirmarea din josul paginii și i-ați da-o copilului dv. să o aducă la școală.

Din nou, felicitări!

_____ _____

Semnătura coordonatorului medierii Data

---

Elevii mediatori trebuie să aducă această confirmare coordonatorului medierii.

Sunt de acord ca _____ să se pregătească pentru a deveni mediator.
Numele elevului

_____ _____

Semnătura părintelui/ susținătorului legal Data

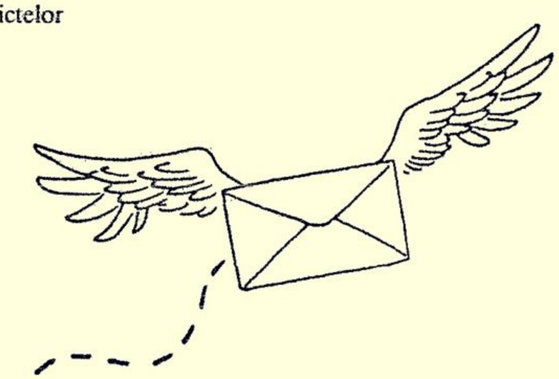
## PROFESORI: SUNTEȚI IMPORTANȚI!

Sperăm ca lecțiile din acest manual v-au ajutat să le formați elevilor dv. o imagine mai clară despre ei înșiși și despre societate și să transformați conflictele lor în situații educaționale.

Totuși, așteptăm sugestiile dv. pentru a îmbunătăți lecțiile și mai mult. Comentariile dv. ne vor fi de mare folos în crearea unor programe și lecții mai bune pentru rezolvarea conflictelor.

Vă rugăm să rezervați cîteva minute completării acestui chestionar. Trimiteți răspunsurile și comentariile la:

Programul pentru rezolvarea conflictelor
c/o Dan Shapiro
4426 Avon Drive
Harrisburg, PA 17112



Numele _____
Adresa _____
_____
_____

1. Cum ați fost implicat în acest program pentru rezolvarea conflictelor?
2. Ce vîrstă au elevii dv.?
3. Ce materii sau activități predați?
4. Ce activități vi s-au părut potrivite pentru elevii dv.? De ce? Ce sugestii aveți pentru îmbunătățirea acestor activități?
5. Ce activități nu au funcționat bine? Ce sugestii aveți pentru îmbunătățirea lor?
6. În ce ordine ați folosit activitățile?
7. Ce concepte au fost mai greu înțelese de elevi? Cum pot fi conceptele acestea mai bine explicate?
8. Ce-i poate motiva pe elevii dv. să devină mai interesați în învățarea și aplicarea tehnicilor rezolvării conflictelor?
9. Vă rugăm, comentați deschis orice aspect al programului de rezolvare a conflictelor.

**Vă mulțumesc pentru ajutor în conducerea elevilor prin labirintul rezolvării conflictelor!**

**Dan Shapiro**



## ANEXE


**Anexa I:** ACTIVITĂȚI DE COMBATERE A STRESULUI

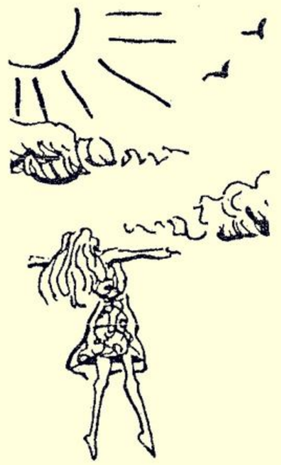
**Anexa II:** ACTIVITĂȚI DE ÎNCĂLZIRE

**Anexa III:** O PIESĂ SCURTĂ

**Anexa IV:** DEMERSURI INTERDISCIPLINARE ÎN ARTA DE A FACE FAȚĂ CONFLICTELOR

**Anexa V:** ÎMPĂRȚIREA ELEVILOR ÎN GRUPE

# *ANEXA I — ACTIVITĂȚI DE COMBATERE A STRESULUI*



Conflictul poate fi folositor promovînd creșterea și schimbarea, dar poate aduce și stres. Fie că e personal, fie că e interpersonal, stresul poate fi răspunsul natural la situațiile conflictuale.

Felul în care rezolvăm diferite situații determină modul în care ne afectează stresul. Cum ne comportăm cînd suntem stresați? Unii reușesc să transforme cele mai stresante situații în amuzament, eliberîndu-se de stres. Alții strigă și tremură la cea mai mică urmă de stres. Următoarele activități intenționează să vă ajute pe dv. și pe elevii dv. să vă controlați nivelul de stres. Activitățile sunt simple, nu durează mult și vă pot ajuta să vă reduceți stresul.

## 1. EXERCIȚII FIZICE

A. O plimbare de 5-10 minute poate reduce stresul și crește nivelul energetic. Mulți mănîncă sandviciuri și beau cafea pentru a-și mări energia, dar o plimbare scurtă crește nivelul energetic și scade tensiunile pentru o perioadă mai lungă.

B. Urcați și coborîți treptele timp de 5-10 minute.

C. Faceți orice tip de exercițiu care vă accelerează ritmul bătăilor inimii. Chiar și exercițiile simple — sărituri, alergare pe loc timp de cîteva minute — pot să ajute. Mișcarea ajută la reducerea stresului din două motive: 1) mișcarea ajută la reducerea hormonilor stresului (adrenalina) și 2) promovează producerea endorfinelor, substanțe chimice din corp care te fac să te simți bine.

D. Stați confortabil la birou cu spatele drept și cu mîinile relaxate pe lîngă voi. Ridicați un umăr și mișcați-l încet înapoi. Reduceți încet tensiunea ca umărul să se relaxeze. Faceți asta de zece ori cu fiecare umăr.

E. Țineți brațele lejer pe lîngă voi. Scuturați mîinile din încheieturi. Brațele să rămînă relaxate. Repetați exercițiul de cinci ori.

F. Strîngeți pumnii cît puteți de tare. Imaginați-vă că tot stresul din timpul zilei vi se scurge în mîini. Continuați să strîngeți 5-10 secunde și relaxați repede mîna întinzîndu-vă toate degetele. Țineți degetele așa timp de 5-10 secunde. Repetați exercițiul de trei ori.

G. Întindeți-vă gîtul. Stați drepți. Relaxați-vă capul lăsîndu-l spre piept. Rotiți capul încet, circular, de la un umăr la altul.

## 2. SPUNEȚI GLUME

Umorul poate fi folosit ca o activitate de combatere a stresului. Spunînd glume sau gîndindu-se la situații amuzante, oamenii rîd. Rîsul reduce nivelul de stres.

## 3. GÎNDIȚI POZITIV!

A. În loc să vă gîndiți la lucrurile stresante, care vă apasă, schimbați-vă perspectiva și priviți partea pozitivă a lucrurilor. De exemplu, cînd un elev nu se poartă cum trebuie în clasă și vă stresează, în loc să vă concentrați asupra acestui stres, gîndiți-vă cît de bine se comportă restul clasei. Sau gîndiți-vă ce vreme frumoasă e afară. Problema este că, atunci cînd sunt stresați, oamenii uită să mai observe aspectele pozitive ale vieții. Elevii pot și ei să se concentreze asupra aspectelor pozitive: în loc să se gîndească la notele proaste, elevii se pot bucura de plăcerea de a se juca afară.

B. Cînd te trezești gîndindu-te doar la aspectele negative ale vieții tale, ia o foaie de hîrtie și un creion și scrie toate lucrurile din viața ta care te fac să te simți fericit și mîndru.

C. Dacă nu poți să nu te gîndești la aspectele negative ale vieții tale, scrie toate lucrurile care te enervează sau te supără. Încercuiește-le pe cele care pot fi schimbate. Gîndește-te cum pot fi schimbate. Încearcă să schimbi măcar unul dintre ele. Atunci vei scăpa măcar de un lucru stresant din viața ta.

## 4. SCRIEȚI LUCRURILE CARE VĂ STRESEAZĂ

A. Scrieți zilnic într-un jurnal toate lucrurile care vă fac fericiți și pe cele care vă stresează. Scrisul vă poate ajuta să vă puneți în ordine obsesiile care însoțesc stresul. De exemplu, dacă voi sau elevii voștri sunt/eți stresați în legătură cu viitorul țării voastre/lor, care e atacată, folosiți jurnalul. Dacă sunteți stresați în legătură cu probleme mai puțin serioase, scrisul în jurnal este, de asemenea, terapeutic.

B. Scrieți o scrisoare unei persoane sau organizații care vă stresează și exprimați-vă toate sentimentele. După ce ați scris-o, rupeți-o și aruncați-o. Dacă un elev nu se poartă bine și vă stresează, scrieți-i o scrisoare acelui elev! Dacă elevii sunt furioși pe un profesor, părinte, prieten sau oricine altcineva, pot scrie o scrisoare acelei persoane. Nu uitați să rupeți scrisoarea!

## 5. VORBIȚI CU UN PRIETEN SAU CU O RUDĂ

Vorbind cu cineva despre problemele noastre, ne simțim mai puțin stresați. Putem să ne definim și să ne rezolvăm problemele care ne stresează.



## 6. SCHIMBAȚI MEDIUL

Uneori mediul conține situații de stres. Voi și studenții sunteți stresați lucrînd toată ziua în clasă. Scoțîndu-i afară pentru cîteva minute, vă eliberați de stresul și de monotonia din clasă.

## 7. ȚIPAȚI!

Un strigăt puternic poate să vă elibereze de stres. Deși această activitate nu e recomandată în locuri publice, e foarte eficace. Puteți duce clasa undeva în aer liber, numărați pînă la trei și țipați cu toții deodată. Vă veți simți ușurați[1].

## 8. STAȚI ÎN LINIȘTE!

Dacă stați în liniște timp de 5-15 minute, puteți reduce tensiunile.

## 9. ASCULTAȚI MUZICĂ

A. Închideți ochii și ascultați o muzică liniștitoare. Încercați să o simțiți și îndepărtați toate celelalte gînduri care încearcă să apară.

B. Dacă nu aveți radio sau casetofon, închideți ochii și imaginați-vă că ascultați muzică din mintea voastră.

C. Cîntați cîntece. Clasa poate cînta, de exemplu, cîntece despre pace.

D. Dansați. Puteți învăța elevii să danseze sau se pot învăța ei unii pe alții.

E. Mișcați-vă. Fiecare se poate mișca în felul său: repede, încet, învîrtindu-se, legănîndu-se, sărind.

## 10. FACEȚI-VĂ UN MASAJ

Iată pașii pentru un masaj simplu:

[1] Ca o paranteză, unii oameni, mai ales femeile, se tem că în caz de atac nu vor putea țipa. Această activitate este o bună practică în caz de atac.

A. Lăsați bărbia în piept. Gîtul trebuie întins, dar nu forțat. Lăsați mușchii gîtului să se relaxeze și masați-vă gîtul.

B. Masați-vă urechile și tîmplele, frecîndu-le ușor și circular. Mișcați-vă degetele înapoi spre gît, în sus și în jos.

C. Ridicați-vă ușor pielea capului cu palmele așezate peste urechi. Rotiți palmele ușor, într-o mișcare circulară.

D. Masați din nou ușor gîtul și umerii.

## 11. CITIȚI O CARTE SAU PRIVIȚI LA TELEVIZOR

## 12. RELAXAȚI-VĂ MUȘCHII

Respectați următorii pași:
A. Așezați-vă într-o poziție confortabilă.

B. Respirați adînc.

C. Începeți de la picioare și încercați să conștientizați tensiunea. Apoi faceți tensiunea să dispară. Cum? Lăsați-o pur și simplu să treacă. Continuați procedeul cu gleznele, pulpele, genunchii, coapsele, fesierii, spatele, umerii, brațele, gîtul și capul.

D. Această activitate durează cel puțin 15 minute și te face să te simți minunat la sfîrșit.

## 13. IMAGINAȚI-VĂ CEVA RELAXANT

A. Respirați adînc. Gîndiți-vă la vremea cînd erați total relaxați. Imaginați-vă locul în care erați relaxați și gîndiți-vă că sunteți acolo. Încercați să vă amintiți tot ce puteți despre acel loc. Unii oameni își imaginează locuri în natură, cum ar fi munți și oceane, în timp ce alții își imaginează ocazii minunate, în care s-au simțit foarte relaxați.

B. Imaginați-vă cuvîntul „RELAXAȚI-VĂ“ scris mare în fața voastră. Concentrați-vă asupra lui, cum arată și cum te simți cînd ești relaxat. Dacă vreun alt gînd vă pătrunde în minte, nu e nici o problemă. Ignorați-l (sau imaginați-vă că zboară) și continuați să vă concentrați la cuvîntul „RELAXAȚI-VĂ“.

C. Gîndiți-vă la culoarea favorită și imaginați-vă că sunteți undeva afară, privind norii, care capătă, miraculos, culoarea voastră favorită.
Respirați în nori, lăsînd culoarea să vă pătrundă în plămîni și în corp. Apoi expirați. De fiecare dată cînd expirați, lăsați și stresul să iasă. Continuați exercițiul 10 minute.



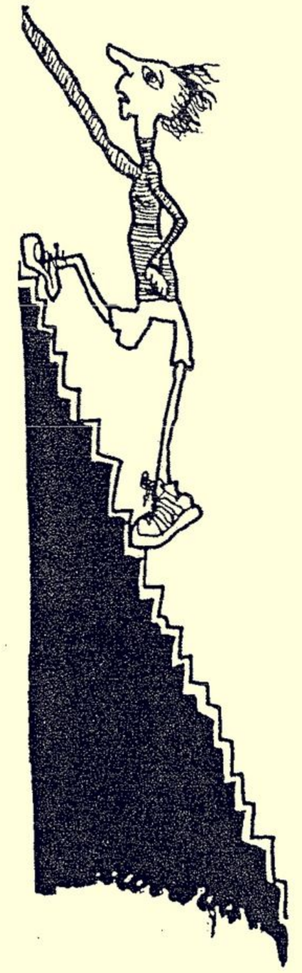
## 14. RESPIRAȚI ADÎNC

Iată cîteva exerciții de respirație:

A. Respirați încet și adînc, pe nas, țineți aerul în plămîni trei secunde și apoi expirați încet. Respirați și expirați în timpi egali. Repetați acest stil de a respira timp de 5 minute. Dacă nu e greu să vă țineți respirația 3 secunde, încercați să o țineți și mai mult (pînă la 10 secunde). Respirați pe nas și expirați pe gură.

B. Încercați respirația diafragmatică. Diafragma se află sub plămîni. Așezați-vă mîna dreaptă deasupra buricului cînd respirați adînc. Dacă mîna se ridică, atunci respirați prin diafragmă. Continuați timp de 5-10 minute.

## 15. ROSTIȚI CEVA CE AȚI VIZUALIZAT ÎN MOD CREATOR



Creați-vă propriile imagini. Iată un exemplu. Citiți-l tare, blînd și încet:
„Închide ochii, respiră adînc și relaxează-te. Imaginează-te stînd în fața unui munte splendid. Cerul e albastru și cîțiva nori mici plutesc ușor. Soarele strălucește prin copaci. Păsările ciripesc. În depărtare se aude susurul unui rîu“. Toată lumea respiră adînc și expiră.

„Oasele îți sunt ușoare și mușchii relaxați. Deodată, corpul tău, ca un balon, începe să plutească. Te simți ridicîndu-te încet spre cer. Cu cît te ridici, cu atît te simți mai relaxat.“ Toată lumea respiră adînc și expiră.

„Plutești. Te ridici tot mai sus. Trec pe lîngă tine copaci înfrunziți. În cele din urmă, vezi vîrful muntelui. Soarele strălucește deasupra ta. Te simți minunat. Continui să te ridici tot mai sus și ești tot mai relaxat.“ Toată lumea respiră adînc și expiră.

„Plutești în cerul albastru, moale și calm. Pe măsură ce te ridici, muntele se pierde în urmă. Tot ce mai poți vedea acum dedesubt este verdele ierbii. Ești relaxat. Te înconjoară nori albi. Plutești prin ei și respiri adînc.“ Toată lumea respiră adînc și expiră.

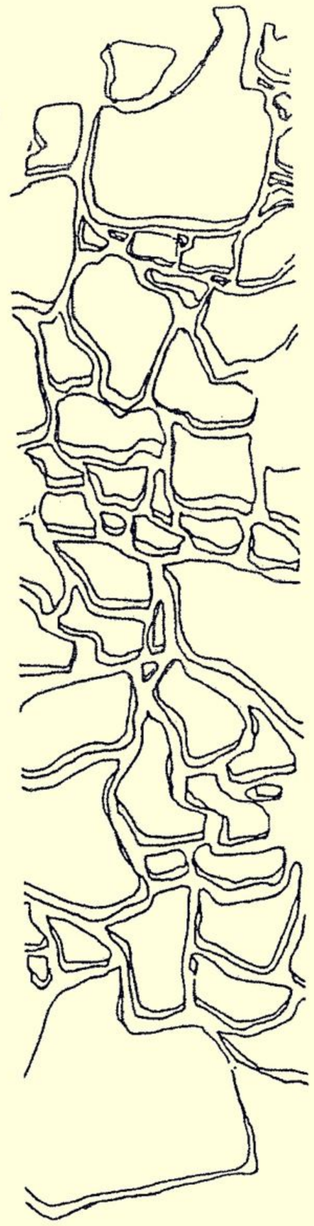
„Aerul e atît de moale și plăcut. Plutești tot mai sus. Acum ești deasupra norilor. Vezi pămîntul dedesubt. Ești în spațiu. Corpul îți e ușor. Brațele sunt ușoare. Picioarele sunt ușoare. Umerii îți sunt ușori. Te simți tot mai ușor și zbori tot mai sus. Ești relaxat.“ Toată lumea respiră adînc și expiră.

„Apoi cobori încet la loc. Pluteşti înapoi prin nori. Eşti relaxat şi cobori. Vezi muntele. Continui să cobori. Corpul şi mintea îţi sunt relaxate. Iată copacii! Iată iarba! Te laşi uşor pe iarbă. Auzi susurul rîului şi ciripitul păsărilor. Eşti relaxat." Toată lumea respiră adînc şi expiră.

**Notă:** Vizualizarea poate fi acompaniată de muzică.

## *ANEXA II — ACTIVITĂŢI DE ÎNCĂLZIRE*

Activităţile prezentate în continuare sunt menite să spargă gheaţa. Ele sunt activităţi amuzante, de încălzire, desfăşurate pentru ca elevii să se simtă în largul lor cînd dezvăluie anumite lucruri despre ei înşişi şi cînd participă la ceea ce se întîmplă în clasă. De asemenea, aceste activităţi de încălzire stimulează pozitiv coeziunea de grup.



### OBIECTELE

Aşezaţi pe masă aproximativ 15 obiecte mici (ca, de pildă, o furculiţă, o lingură, o şosetă, o pălărie etc.). Cereţi elevilor aşezaţi în şir indian să treacă fiecare pe la masă şi să încerce să memoreze într-un timp scurt obiectele văzute. Elevii se întorc apoi la locurile lor, timp în care dumneavoastră veţi îndepărta obiectele respective din raza lor vizuală. Cereţi elevilor să noteze toate obiectele pe care şi le pot aminti. La sfîrşit, spuneţi-le care au fost toate aceste obiecte. Care obiecte au fost cel mai uşor/cel mai greu de ţinut minte? Cîte obiecte a reuşit să ţină minte fiecare elev?

### 10 SECUNDE

Clasa alege o anumită culoare sau o anumită formă. Elevii sunt aşezaţi în cerc. În sensul acelor de ceasornic, fiecare persoană trebuie să numească două obiecte din încăpere care au acea culoare sau acea formă. Fiecare elev are la dispoziţie 10 secunde pentru a numi obiectele respective. Un elev din clasă (sau dumneavoastră) strigă „următorul" ori de cîte ori au trecut cele zece secunde. După ce fiecare a avut posibilitatea să numească cele două lucruri, clasa alege o nouă culoare sau o nouă formă. De această dată, fiecare elev are la dispoziţie doar şapte secunde pentru a numi cele două obiecte. În continuare, elevii ar putea să încerce să numească cele două obiecte în cinci secunde, ceea ce nu este deloc uşor.

### DĂ MONEDA MAI DEPARTE

Elevii din clasă se împart în două grupe; acestea se aliniază fiecare pe cîte un rînd, una în faţa celeilalte. În fiecare rînd, primul elev ţine în mînă o monedă. Primul elev din fiecare grupă dă mai departe moneda pe care o ţine în mînă; la rîndul lor, ceilalţi elevi din grupă se prefac că dau mai departe sau chiar dau mai departe moneda către cei de la coadă. La un moment dat, i se cere fiecărei grupe să ghicească în mîna cui se află moneda dată din mînă în mînă în grupa cealaltă.

## GHICITORUL

Elevii stau în cerc. Unul dintre ei, „Ghicitorul", părăsește încăperea. Cei rămași în cerc aleg un conducător de joc. Ori de cîte ori conducătorul de joc face o mișcare, ceilalți trebuie să-l imite. Astfel, de exemplu, dacă acesta își scarpină capul, toți elevii trebuie să și-l scarpine de asemenea. „Ghicitorul" se întoarce în încăpere. Conducătorul de joc face diferite mișcări, pe care ceilalți le imită foarte repede. „Ghicitorul" trebuie să încerce să ghicească cine este cel care le comandă celorlalți mișcările. Dacă ghicește corect, „Ghicitorul" numește persoana care l-a dat de gol pe liderul jocului. Acea persoană devine următorul „Ghicitor".

## SĂ RÎDEM

Elevii sunt împărțiți în perechi. În fiecare pereche, un elev încearcă să-l facă pe celălalt să rîdă. După un minut, ei schimbă rolurile.

## ȘOSETA

Fără ca elevii să vadă ce faceți, puneți într-o cutie, într-un sac sau într-o șosetă o furculiță, o minge sau orice alt obiect mic. În timpul orei, dați șoseta elevilor. Fiecare elev are la dispoziție 10 secunde pentru a o pipăi. După aceea, fiecare elev notează ce crede că sunt obiectele din șosetă. Elevii spun unii altora ce cred că se află în șosetă, după care puteți să le arătați conținutul acesteia.

## CREIOANELE

Trei elevi, „Găsitorii", părăsesc încăperea. Clasa alege un loc din încăpere unde este ascuns un creion. „Găsitorii" se întorc în încăpere și încearcă să localizeze creionul. Elevii din clasă bat din palme cu atît mai tare cu cît „Găsitorii" se apropie mai mult de locul respectiv. Elevii bat din palme cu atît mai încet cu cît „Găsitorii" se îndepărtează mai mult de ascunzătoare. Clasa continuă să bată din palme pînă cînd creionul este găsit.

## SEMNĂTURA

Elevii dau mîna cu fiecare coleg din clasă și obțin semnătura acestuia.

## ÎL VĂD!

Unul dintre elevi este ales să fie „Ochiul". Elevul se uită prin clasă, localizează un anumit obiect și notează culoarea acestuia. Fiecare elev din clasă trebuie să fie în stare să vadă acest obiect. „Ochiul" spune: „Văd culoarea..." și numește această culoare. Restul clasei încearcă să ghicească ce obiect a localizat „Ochiul"; cel care ghicește corect devine noul „Ochi".

## ȘIRUL INDIAN

Cereți elevilor să închidă ochii. Ei nu au voie să vorbească. Cereți-le să formeze un șir indian în ordinea înălțimii: cel mai scund elev este primul, iar cel mai înalt — ultimul.

## ZIUA DE NAȘTERE

Elevii trebuie să încerce să formeze un șir indian în ordinea zilelor lor de naștere: cel mai tînăr elev este primul, iar cel mai vîrstnic — ultimul. ELEVII NU AU VOIE SĂ VORBEASCĂ ÎN TIMPUL ACTIVITĂȚII.



## O ATINGERE PE CREȘTET

Șase elevi, „Căpeteniile", merg în fața clasei. Ceilalți elevi sunt la locurile lor , cu capul pe bănci și cu ochii închiși. Fiecare din cele șase „Căpetenii" trece printre bănci și-l atinge ușor pe creștet pe cîte un elev. Imediat, elevul atins ridică o mînă, astfel încît să nu mai fie atins de altcineva. „Căpeteniile" se întorc apoi în fața clasei. Elevii din bănci își ridică capul, deschid ochii și cei cu mîna ridicată încearcă să ghicească cine i-a atins. Elevii care ghicesc corect devin „Căpetenii", iar fostele „Căpetenii" iau loc în bănci.

## ÎNTR-UN PICIOR

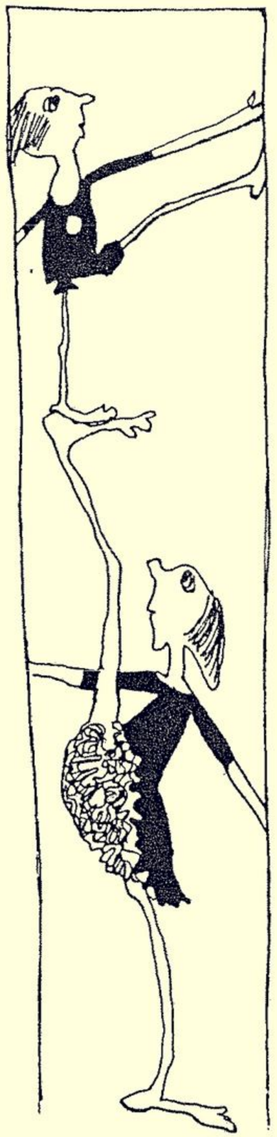
Toți elevii încearcă să stea într-un picior, menținîndu-și echilibrul. Cine poate să-și mențină echilibrul mai multă vreme?

## DE-A CEASUL

O persoană, „Ghicitorul", stă în mijlocul încăperii și-și ține ochii închiși. Doisprezece elevi stau în cerc în jurul „Ghicitorului". Fiecare dintre ei reprezintă o oră pe cadranul unui ceas. „Ghicitorul" spune: „Alarma pentru deșteptare se declanșează la ora...", spunînd un număr între 1 și 12. Cel indicat de „Ghicitor" trebuie să imite sunetul unei alarme de ceas. „Ghicitorul" trebuie să ghicească numele persoanei care a produs zgomotul respectiv. El trebuie să rămînă la mijloc pînă cînd ghicește corect persoana-alarmă. Aceasta devine apoi următorul „Ghicitor".

## MODELÎND SCULPTURA

Elevii stau în cerc. Una dintre persoane face o mișcare ciudată și scoate un sunet ciudat, ca, de pildă, o săritură în aer și un fluierat. Următoarea persoană din cerc repetă mișcarea și sunetul, modificîndu-le ușor. Mișcarea și sunetul sunt modificate și „trecute" de la elev la elev în jurul cercului.



## *ANEXA III — CEI TREI PURCELUȘI*
## *(Piesă scurtă despre mediere)*

Urmează o piesă scurtă, care demonstrează cît de folositoare e medierea. Elevii mediatori o pot prezenta celorlalți elevi în clase sau la o serbare școlară. Interpretarea piesei poate fi o bună modalitate de a face publicitate medierii. Piesa fiind amuzantă, publicul observă că umorul e important în mediere. Piesa poate fi folosită și de elevi care se pregătesc să devină mediatori.

**Cei trei purceluși: Medierea**

**Personaje:**

Al treilea purceluș

Lupul cel rău

Mediatorul 1 (și povestitorul)

Mediatorul 2

**Decor:**

Se așază patru scaune în fața clasei: cele două din mijloc cu fața spre public, iar cele de pe margini întoarse ușor spre interior. Două foi de hîrtie și un creion sunt lîngă un scaun din mijloc.

*(Mediatorul 1 citește următorul fragment din povestea „Cei trei purceluși", eventual arătînd și imagini. Mediatorul 2 stă liniștit lîngă el. Al treilea purceluș și lupul cel rău stau în sală și ascultă povestea.)*

**Mediatorul 1:** Au fost odată ca niciodată trei purceluși. Ei voiau să se mute într-un oraș nou, Pigsville[1], și aveau nevoie de căsuțe.

Primului purceluș îi plăcea să se joace în căpițele de fîn, ca unui copil. Așa că și-a construit o căsuță din fîn. Într-o zi, un lup rău și flămînd a trecut pe acolo și a bătut la ușă: „Vreau să intru!".

Primul purceluș a spus : „Nu, nici nu te gîndi!" — și a încuiat ușa. Lupul s-a înfuriat și a început să strige: „Dacă nu deschizi, am să suflu pînă toată casa ta o să cadă la pămînt. Eu de aici nu plec!". Purcelușul a guițat: „Nici nu te gîndi! Sunt mic, dar nu sunt prost. Nu deschid!". Așa că lupul a tot suflat și casa a căzut.

Celei de-a doua purceluțe îi plăcea să se urce prin copaci și și-a construit o casă din bușteni și ramuri. Mai tîrziu, în aceeași zi, lupul cel rău a trecut și pe lîngă casa ei, a bătut la ușă și a vrut să intre. A doua purceluță a spus: „Îmi pare rău, dar nu deschid niciodată la străini". Lupul s-a înfuriat:

[1] pig = porc (engl.), Pigsville = Orașul porcilor.



„Eu nu sunt un străin, eu sunt lupul cel rău, toată lumea mă cunoaște. Dacă nu deschizi, am să suflu pînă cînd casa ta vă cădea!". Purceluța a guițat: „Chiar nu te cunosc și nu vreau să deschid. Îmi pare rău, străine!". Și lupul a suflat și a suflat și casa a căzut.

Celui de-al treilea purceluș îi plăcea să ridice cărămizi pentru a-și întări mușchii. Și-a construit deci o casă de cărămidă. Într-o dimineață, devreme, lupul a trecut pe acolo, a bătut la ușă și a urlat: „Vreau să intru!". Purcelușul i-a răspuns: „Nicidecum! Nu am făcut curat și nu te pot lăsa să intri". Lupul urlă iar: „Nu-mi pasă de curățenia ta! Dacă nu deschizi, voi sufla pînă cînd casa ta va cădea. ȘI TE VOI MÎNCA!".

**Lupul** *(sărind din mijlocul publicului, țipînd furios)*: ASTA NU-I ADEVĂRAT! Totul e o minciună. Nu cred această poveste. Nimic din adevăratele ei...

**Purcelușul** *(sărind și el din mijlocul publicului, țipînd furios)*: Ba e adevărat. Nu pot să cred că v-ați putea gîndi că acestea sunt minciuni. Totul e adevărat. Cuvînt cu cuvînt.

*(Lupul și purcelușul se îndreaptă unul spre altul, se fac mincinoși... Mediatorii 1 și 2 se îndreaptă și ei spre cei doi.)*

**Mediatorul 1:** Stați puțin! Nu mai strigați!

**Mediatorul 2:** Așteptați! Tăceți!

**Lupul:** Dar m-a făcut mincinos!

**Purcelușul:** Este un mincinos!

**Mediatorul 2:** Liniștiți-vă!

**Purcelușul** *(întorcîndu-se spre mediatori):* Dar voi cine sunteți?

**Mediatorul 1:** Numele meu este_____

**Mediatorul 2:** Numele meu este_____ . Suntem elevi mediatori.

**Lupul:** Ce este un elev mediator?

**Mediatorul 2:** Este un elev ca și tine, dar pregătit să-i ajute pe cei aflați în situații de conflict să-și clarifice sentimentele și gîndurile.

**Mediatorul 1:** Și să-i ajute pe cei aflați în situații de conflict să comunice și să găsească soluții la problemele lor. Ați vrea să încercați și voi medierea?

**Lupul:** Sigur.

**Mediatorul 1** *(privind la purceluș)*: Ai vrea să încercați și voi medierea?

**Purcelușul:** Dar dacă lupul cel rău urlă tot timpul?

**Mediatorul 2:** În mediere, fiecare persoană are dreptul să vorbească fără a fi întreruptă. Și tu vei avea acest drept. Vrei să încerci medierea?

**Purcelușul:** Cred că da. Da.

**Mediatorul 2:** Minunat. Atunci veniți cu noi în camera de mediere!

**Lupul:** Bine.

**Purcelușul:** Bine.

*(Lupul, purcelușul și mediatorii se așază pe scaunele pregătite anterior.)*

**Mediatorul 1:** Puteți lua loc.

*(Toate cele patru personaje stau jos. Mediatorii se așază la mijloc.)*

**Mediatorul 2:** Bun venit la sesiunea de mediere! Vă spun din nou: numele meu este_____.

**Mediatorul 1:** Și al meu este_____. Voi cum vă numiți?

**Lupul:** Toată lumea îmi spune lupul cel rău, dar numele meu este simplu: lupul.

**Purcelușul:** Nu știți cine sunt??? Sunt al treilea purceluș. Prietenii îmi spun doar purcelușul.

**Mediatorul 1:** Bine. Bun venit la sesiunea de mediere! Aceasta vă va da la amîndoi posibilitatea să lucrați împreună și să vă înțelegeți mai bine. Veți încerca să găsiți o soluție care să vă îmbunătățească situația. Amîndoi puteți cîștiga prin mediere.

**Purcelușul:** Deci care sunt regulile?

**Mediatorul 2:** Două reguli pe care le urmăm noi, mediatorii, sunt:

* Nu ținem cu nimeni și nu judecăm pe nimeni.

* Tot ce vom spune aici e confidențial.

Sunt și alte reguli de bază cu care sperăm să fiți de acord:

* Nu folosiți porecle, insulte sau învinuiri.



* Nu întrerupeți.

* Fiți sinceri.

* Străduiți-vă să rezolvați problema.

* Tot ce se vorbește aici e confidențial.

Purcelușule, ești de acord cu regulile?

**Purcelușul:** Da.

**Mediatorul 2:** Tu ești de acord cu regulile, lupule?

**Lupul:** Da...bine.

**Mediatorul 2:** Acum, purcelușule, povestește-ne ce s-a întîmplat și ce simți tu.

**Purcelușul:** Mai întîi trebuie să vă vorbesc despre purcelușii. Toată lumea crede că suntem murdari și ne place să ne tăvălim în noroi. Adevărul este că noi suntem stilați, educați și ne place să locuim în cartiere civilizate, nu în cocini. Fratele meu, sora mea și cu mine am hotărît să ne mutăm în Pigsville. E o zonă foarte frumoasă.

Toți visam, în copilărie, la casa pe care ne-o vom construi. Fratele meu dorea o casă de fîn și sora mea una de lemn. Eu îmi doream una de cărămidă. Am construit săptămîni întregi și, în final, aveam trei case superbe. Eram trei purcelușii fericiți.

Dar într-o zi un nor s-a abătut asupra noastră. Am aflat că lupul acesta rău i-a speriat pe fratele și sora mea. Și, ceea ce era mai rău, casele lor erau dărîmate!

**Lupul:** Ridicol!

**Mediatorul 1:** Lupule, fără întreruperi, te rog, și, purcelușule, fără injurii!

**Lupul:** Scuze.

**Mediatorul 2:** Continuă, purcelușule!

**Purcelușul:** Nu vă puteți imagina cît am fost de îngrozit a doua zi cînd am auzit o bătaie la ușă și l-am văzut pe lup stînd acolo. Gîfîia: „Vreau să intru!". Era îngrozitor.

I-am spus că nu e curat în casă și nu-l pot lăsa să intre, dar nu s-a clintit și a continuat să respire gîfîit... ÎNCERCA SĂ-MI DĂRÎME ȘI MIE CASA SUFLÎND! Din fericire, nu a reușit. M-am ascuns toată noaptea în debara și dimineața am fugit la piață după legume, ajungînd apoi aici. Mi-e teamă că lupul iar va încerca să-mi dărîme casa. Mi-e foarte frică! A spus chiar că o să mă mănînce!

**Mediatorul 2:** Deci crezi că lupul a dărîmat casele fratelui și surorii tale. Cînd a apărut la ușa ta, te-ai temut că o va dărîma și pe a ta și te va mînca. Mai ai ceva de adăugat?

**Purcelușul:** Nu, asta-i tot.

**Mediatorul 1:** Lupule, vrei să ne spui și tu acum ce s-a întîmplat și ce simți tu?

**Lupul** *(strănută tare):* HAPCIU! Scuzați-mă, dar nu mă pot opri din strănutat! Sunt răcit de luni de zile și nu reușesc să scap de asta. Acum două zile m-am hotărît să merg la doctor. Am mers într-un oraș numit Pigsville. Au doctori excelenți acolo. Unul dintre ei era primul purceluș. Cînd am bătut la ușă, am și început să strănut și... nu m-am mai putut opri. HAPCIU! Am început să gîfîi și să mă înec, încercînd să-mi țin respirația. Doctorul a întrebat: „Cine e acolo?" și singurul lucru pe care l-am putut rosti a fost „Lupul...lupul...lupul!". Și, înainte să-mi pot ține respirația, am strănutat atît de tare de parcă ar fi fost o tornadă și casa s-a dărîmat. Doctorul avea nevoie de ajutor, probabil, ca să mă vindece. A fugit la casa vecină, unde locuia un expert în strănuturi, a doua purcelușă. Am fugit la casa celui de-al doilea doctor și am continuat să strănut tot mai tare. Cînd am bătut la ușă, am simțit un strănut puternic pornindu-mi din stomac.

I-am spus deci doctoriței să deschidă ușa și să mă vindece, că altfel o să-i dărîm și casa ei. Dar ea a spus că nu deschide la străini. Nu m-am putut abține și am strănutat iar ca o tornadă, dărîmînd casa. Amîndoi doctorii au fugit în pădure. Eram atît de disperat să găsesc un doctor să mă vindece, încît am fugit la casa de cărămidă a purcelușului al treilea. El e un doctor cunoscut și l-am rugat să mă lase să intru, dar nu a vrut. Eram atît de frustrat și mînios, încît i-am spus că îl mănînc dacă nu mă ajută. Dar asta e ridicol; n-aș mînca niciodată un purceluș; sunt vegetarian.

**Mediatorul 1:** Deci ai un guturai foarte puternic, destul de rău pentru a dărîma o casă. Ai căutat un doctor să te vindece și erai frustrat și mînios pentru că nici unul n-a vrut să te ajute. Mai ai ceva de adăugat?

**Lupul:** Sigur. Animalele din pădure rîd de mine și mă numesc lupul cel rău, dar mie mi-e foame tot timpul, pentru că nu prea am bani. Săptămîna asta voiam să renunț la mîncare, ca să-i pot plăti purcelușului consultația. Și tot nu cred că mi-ar fi ajuns banii.

**Mediatorul 1:** Deci te temi că nu vei avea destui bani pentru doctor. Corect?

**Lupul:** Da.

**Mediatorul 2:** În continuarea medierii vrem să discutați. Lupule, te rog să descrii ce a spus purcelușul.

**Lupul:** Bine. Purcelușul a spus că i-am speriat sora și fratele și le-am dărîmat casele. Crede că voiam să o dărîm și pe a lui și să-l mănînc pe el. Totul e ridicol!



**Mediatorul 2:** Purcelușule, a rezumat corect ideile tale?

**Purcelușul:** Da, dar nu e ridicol, e adevărat.

**Mediatorul 2:** Spuneți-mi, vă rog, vă amintiți că acum trebuie să vă străduiți amîndoi să vă înțelegeți, nu-i așa?

**Purcelușul:** Bine.

**Lupul:** Da.

**Mediatorul 1:** Acum purcelușule, descrie, te rog, ce a spus lupul!

**Purcelușul:** Lupul a spus că era foarte răcit și a căutat un doctor, dar fratele și sora mea nu l-au ajutat. El a strănutat și le-a dărîmat casele și a venit apoi la mine, dar nici eu nu l-am ajutat.

**Mediatorul 1:** Așa este, lupule?

**Lupul** *(strănutînd)*: Da.

**Mediatorul 2:** Purcelușule, ce ai dori ca să consideri conflictul încheiat?

**Purcelușul:** Aș dori să mă simt în siguranță în Pigsville. Nu vreau să fiu mîncat de lup sau de oricine altcineva. Și nu vreau să-mi fie casa dărîmată.

**Mediatorul 2:** Deci vrei să te simți în siguranță în Pigsville. Lupule, tu vrei să rezolvi acest conflict?

**Lupul:** Eu vreau să scap de guturai.

**Mediatorul 1:** Bine. Am descoperit ce dorește fiecare. Acum să ne gîndim la soluțiile posibile.

**Mediatorul 2:** Iată ideile directoare: spuneți fiecare idee care vă vine în minte și gîndiți-vă la cît de multe idei. Nu judecați nici o idee drept bună sau rea și nu vorbiți încă de idei. Doar spuneți-le! Deci ce idei aveți?

*(Mediatorul 2 ia un creion și o hîrtie. Se preface că scrie ideile enunțate.)*

**Purcelușul:** Păi, lupul ar putea merge la închisoare.

**Mediatorul:** Alte idei?

**Lupul:** Nu-mi vine nimic în minte. Ah, ba da! Tocmai m-am gîndit la ceva! Acum, cînd purcelușul știe cine sunt, ar putea să-mi fie doctor.

**Mediatorul 1:** Grozav! Două idei minunate. Altele mai aveți?

**Lupul:** Nu.

**Purcelușul:** Nici eu.

**Mediatorul 2:** Atunci, haideți să vedem părțile pozitive și negative ale fiecărei soluții posibile! Dacă lupul merge la închisoare, care ar fi partea pozitivă aici?

**Purcelușul:** Păi, lupul n-ar mai putea să mă mănînce sau să dărîme casele. Și, stînd înăuntru tot timpul, i-ar trece și răceala.

**Mediatorul 1:** Dar care sunt aspectele negative?

**Lupul:** Îmi place să fiu liber, să mă plimb prin pădure. Nu vreau să mă despart de familia mea. Și uniformele de la închisoare sunt atît de urîte!

**Purceluşul:** Și guturaiul lui s-ar putea înrăutăți în închisoare.

**Mediatorul 1:** Dar dacă purcelușul devine medicul lupului? Care sunt aspectele pozitive?

**Purceluşul:** Lupului i-ar trece guturaiul și s-ar simți mult mai bine.

**Lupul:** Și dacă îmi trece guturaiul, nu mai strănut și nu mai dărîm case. Nici nu i-aș face vreun rău purcelușului pentru că el ar fi doctorul meu.

**Mediatorul 2:** Care ar fi aspectele negative ale acestei soluții?

**Lupul:** Nu văd nici unul.

**Purceluşul:** Nici eu.

**Mediatorul 2:** Atunci, lăsați-mă să rezum eu! Purcelușul poate să-ți fie doctor, iar tu, lupule, poți deveni prietenul lui, fără a-i mai face vreun rău vreodată. Sunteți de acord cu această soluție?

**Lupul:** Da.

**Purceluşul:** Da.

*(Mediatorul 2 ia o hîrtie și un creion și pretinde că scrie.)*

**Mediatorul 2:** Am să scriu acest acord și fiecare îl va semna.

*(Lupul și purcelușul pretind amîndoi că semnează hîrtia.)*

**Mediatorul 1:** Să ne gîndim acum în ce fel ne-a ajutat medierea să rezolvăm conflictul. Purcelușule, ce ai aflat azi?

**Purceluşul:** Am aflat că lupii strănută foarte tare! Și am aflat că lupul nu e rău. Este doar foarte răcit.

**Mediatorul 1:** Lupule, tu ce ai aflat?

**Lupul:** N-am știut că cei trei purcelușii credeau că le dărîm casele intenționat. Sper că putem deveni prieteni.

**Mediatorul 2:** Minunat! Felicitări! V-ați rezolvat conflictul și ați învățat mult unul despre altul. Vă mulțumesc pentru participare.



# *ANEXA IV — DEMERSURI INTERDISCIPLINARE ÎN ARTA DE A FACE FAȚĂ CONFLICTELOR*

Eficiența programelor de învățare a artei de a face față conflictelor depinde de integrarea lor în toate aspectele vieții elevilor, inclusiv la școală, în familie și în grupul de prieteni.

## I. DESPRE ROLUL ȘCOLII

Școala nu este doar locul unde elevii primesc informații, ci, de asemenea, cel mai important spațiu pentru socializarea tinerilor. Ea este locul unde se fac și se desfac prietenii; este, de asemenea, locul unde indivizii învață să comunice eficient, să se întreacă cu alții, colaborînd în echipă. Tot școala este locul unde elevii vor avea de-a face cel mai probabil cu conflicte care le pot afecta maturizarea. Școala este de aceea un mediu potrivit pentru a-i învăța pe elevi să facă față conflictelor. În cele ce urmează, vă oferim cîteva domenii și cîteva exemple de activități pentru a-i învăța pe elevi arta de a face față conflictelor în timpul orelor de curs obișnuite. Activitățile prezentate reprezintă în același timp o resursă pedagogică și un aide-memoire: ele demonstrează că studierea artei de a face față conflictelor poate fi integrată creator multor domenii ale vieții elevilor noștri.

### LIMBĂ ȘI LITERATURĂ

* Elevii notează zilnic în jurnalul lor despre conflictele cu care au avut de-a face cu o zi înainte și despre modul în care le-au rezolvat (sau vor încerca să le rezolve).
* Elevii scriu eseuri despre ce înseamnă pacea pentru ei.
* Elevii scriu povestiri despre conflicte sau despre o luptă între doi oameni; ei arată dacă a fost vorba de o rezolvare pașnică sau nu; în cazul în care conflictul nu a fost rezolvat, vor putea nota propriile lor idei despre modul cum ar putea fi el rezolvat pașnic.
* Elevii citesc și discută cărți în care este vorba de astfel de concepte precum prietenia, compasiunea, colaborarea, responsabilitatea și de strategii nonviolente de rezolvare a problemelor.
* Elevii compun și interpretează jocuri de rol care abordează problemele cauzatoare de conflicte și soluțiile lor posibile.
* Elevii cercetează și discută critic povestiri și cărți conținînd stereotipuri și imagini negative despre un anumit grup.

### MATEMATICĂ

Matematica are de-a face mai ales cu aspectele logice și cu rezolvarea de probleme, competențe extrem de importante pentru rezolvarea conflictelor. În consecință, studiile matematice își aduc aproape în orice situație contribuția la abordarea eficientă a conflictelor.

* Elevii abordează probleme matematice legate de rezolvarea conflictelor. De exemplu, cereți elevilor să numere cu cîte conflicte au avut de-a face cu o zi în urmă. Cereți-le apoi să înmulțească acest număr cu 365. Rezultatul reprezintă numărul aproximativ de conflicte cu care ei au de-a face

într-un an de zile. Poate fi organizată, de asemenea, o investigație în școală sau în comunitatea în care trăiesc elevii.

* Elevii realizează grafice cu numărul conflictelor cu care au avut de-a face în fiecare săptămînă și, de asemenea, cu numărul celor care au putut să fie rezolvate pașnic.
* Elevii realizează astfel de grafice referindu-se la conflictele trăite de prietenii lor și folosindu-se de observații sau de chestionare.

## DISCIPLINE ȘTIINȚIFICE

* Elevii discută despre pericolele violenței. Iată cîteva exemple de întrebări:
* Ce se întîmplă cu corpul nostru cînd suntem supărați?
* Ce se întîmplă cu corpul nostru cînd cineva ne rănește sau ne bruschează? Ce alternative importante la violență există?
* Cum încearcă comunitatea mondială să controleze armele nucleare? Ce s-ar întîmpla dacă cineva ar recurge la arme nucleare pentru a rezolva conflicte?
* Care sunt nevoile noastre fundamentale? Ce se întîmplă dacă ele nu sunt satisfăcute?

## ISTORIE/STUDII SOCIALE

* Elevii discută despre evenimente istorice în cadrul cărora au fost folosite metode nonviolente pentru producerea unor schimbări. Nonviolența a fost și continuă să fie o forță de schimbare în domenii, precum grevele, boicotarea unor produse sau activitatea unor instituții alternative, precum O.N.U.
* Elevii cercetează dacă acțiunile violente pot contribui la crearea unei lumi în care domnește pacea. Ei identifică evenimente istorice în cadrul cărora s-a făcut uz de violență. Cereți clasei să se gîndească la diferite soluții de rezolvare a problemei respective: cum ar fi putut ea să fie rezolvată fără să se facă uz de violență? Ce rol ar fi putut să joace în fiecare caz strategiile de rezolvare a conflictelor?
* Elevii citesc un articol de ziar/revistă despre o situație de criză. Discutați cu ei diferite soluții posibile ale acestei probleme.
* Elevii discută despre personalități istorice și despre personalități contemporane care ar putea fi numite „făcătoare de pace" (la nivel local, național sau internațional).

## EDUCAȚIE FIZICĂ

* Elevii joacă jocuri care încurajează colaborarea, nu competiția. Jocurile de cooperare sunt cele care pun accentul pe prietenie și în care nimeni nu pierde. De exemplu, organizați o cursă cu obstacole pe care fiecare membru al grupului trebuie s-o termine într-un interval de timp definit pentru grupul întreg. Fiecare face parte din aceeași echipă. Astfel, elevii trăiesc situații în care fiecare parte cîștigă și nimeni nu pierde (win/win situations).
* Dumneavoastră și elevii puteți să vă gîndiți la sporturi de echipă, astfel încît fiecare dintre elevi să joace cu persoane avînd abilități comparabile.

## DESEN/ARTE PLASTICE

* Elevii realizează desene legate de conflicte, comunicare, violență, nonviolență etc.



* Elevii realizează un desen despre o situație de conflict și un altul reprezentînd o metodă de rezolvare a acestuia.
* Elevii discută despre activitățile pozitive și realizează o expoziție murală în școală.
* Elevii creează postere pentru școală, înfățișînd „activități pașnice/aducătoare de pace", ca, de pildă, elevi împărtășind diferite lucruri, vorbind între ei, angajați într-o activitate de grup, într-un proces de mediere, făcînd sport, ajutînd o persoană mai tînără sau mai vîrstnică.

## MUZICĂ

* Clasa cîntă cîntece despre pace și colaborare.
* Elevii cîntă cîntece despre conflicte și despre cum au fost acestea rezolvate. Ei îi pot învăța și pe colegii lor să le cînte.

## EDUCAȚIE CIVICĂ/DIRIGENȚIE

* Elevii creează împreună cu profesorul o „constituție", respectiv un set de reguli pe care toată lumea este de acord să le respecte. Această constituție ar trebui să se refere și la ceea ce se poate întîmpla în cazul în care elevii nu respectă aceste reguli. Fiecare ar trebui să semneze acest document; regulile n-ar trebui să fie impuse numai de către profesor, ci și de către elevi.
* Elevii devin mediatori în conflictele dintre colegi, ajutîndu-i pe aceștia să-și rezolve disputele pașnic.

Acestea au fost doar cîteva idei despre cum pot fi integrate activitățile de învățare a artei de a face față conflictelor în diferite domenii și situații care țin de existența unor cursuri sau discipline în școală Multe dintre activitățile prezentate în această carte pot fi folosite în cadrul unor discipline diferite. Puteți alege între a crea activități proprii și a le folosi pe cele propuse în carte; este important să faceți orice vă stă în putință ca să-i călăuziți pe elevii dumneavoastră prin labirintul artei de a face față conflictelor.

## II. DESPRE ROLUL FAMILIEI

Familia este izvorul cel mai important pentru dezvoltarea personalității și a competențelor necesare vieții sociale. Ea reprezintă cheia pentru succesul unui program de învățare a artei de a face față conflictelor, deoarece competențele respective pot fi exersate și întărite acasă și în cadrul comunității. Elevii și părinții lor pot exersa competențele privind medierea conflictelor și rezolvarea de probleme. Părinții pot deveni partenerii elevilor în monitorizarea emisiunilor de televiziune și a altor producții ale mass-media, înregistrînd stereotipurile și cazurile de violență propagate. Deoarece membrii familiei învață unii de la alții, elevul care se familiarizează cu arta de a face față conflictelor poate deveni un model de rol și un profesor pentru cei mai tineri. Multe dintre activitățile din acest program pot fi adaptate pentru educația în familie sau pentru cea realizată de către părinți.

## III. ROLUL GRUPURILOR DE PRIETENI

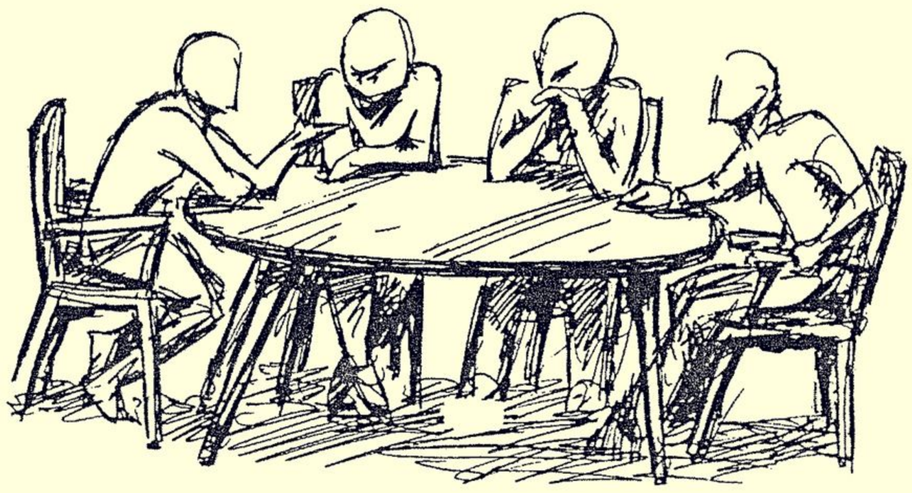
Un alt izvor important al dezvoltării personalității și al formării competențelor necesare în viața socială este reprezentat de grupurile de prieteni. Elevii au de luptat cu aspecte precum identitatea și acceptarea în grup; ei copiază de multe ori acțiunile și comportamentele altora...

## *ANEXA V — ÎMPĂRȚIREA ELEVILOR ÎN GRUPE*

Multe dintre activitățile propuse în acest program solicită împărțirea clasei în grupe mici. Elevii se simt în largul lor lucrînd în grupe mici, dar sunt adeseori temători sau îngrijorați cînd trebuie să-și aleagă un partener și să lucreze în pereche. Multora le trec prin cap următoarele gînduri: ce se va întîmpla dacă nu mă alege nimeni? Ce se întîmplă dacă voi fi ultimul ales? Ce se întîmplă dacă grupa din care fac parte nu mă bagă în seamă?

Vă prezentăm cîteva sugestii privind împărțirea elevilor în grupe mici, în așa fel încît disconfortul lor să fie cît mai mic:

1. Cereți elevilor să ridice fie brațul drept, fie brațul stîng și să formeze o grupă cu elevii care au ridicat aceeași mînă.
2. Cereți elevilor să numere (de pildă, de la 1 la 5); toți elevii cu același număr vor face parte dintr-o grupă. (De exemplu, dacă vreți să obțineți mai multe grupe mici, puteți cere elevilor să numere de la 1 la 4, pînă cînd vor avea cu toții un număr.)
3. Cereți elevilor să-i identifice pe colegii care poartă haine de aceeași culoare cu a lor.
4. Cereți elevilor să sară într-un picior prin încăpere și să se alăture celor care se sprijină pe același picior ca și ei.
5. Cereți elevilor să noteze pe o hîrtie numerele 1 sau 2. Ei se vor alătura celor cu același număr.
6. Cereți elevilor să se alăture colegilor care au în numele lor o literă la fel cu cea din numele propriu.
7. De asemenea, puteți împărți elevii în grupe mici în mod aleator.





# GLOSAR

## Acest glosar conține definițiile conceptelor-cheie

**A lua decizii:** Procesul de alegere între cel puțin două posibilități.

**Analiza conflictelor:** A cerceta elemente de bază ale conflictelor.

**A recunoaște conflictele:** A fi conștienți de simptomele fizice și mentale care ne indică implicarea noastră într-o situație de conflict.

**Atitudini:** Opiniile obișnuite, pozitive sau negative, ale oamenilor despre o persoană, un loc, o situație etc.

**Brainstorming:** Un mod simplu, eficient, de a genera idei.

**Calități de conducător** (lider): Competențe necesare pentru îndrumarea și conducerea altora.

**Ceartă încăpățînată:** Conflict în timpul căruia părțile aflate în dispută țin morțiș la propriile poziții, fără a avea în vedere adevăratele lor interese.

**Colaborare:** A lucra împreună pentru ducerea la îndeplinire a unei sarcini.

**Comportament:** Felul în care ne purtăm.

**Comunicare:** Acțiunea de a transmite și de a face schimb de informații, ca, de pildă, de gînduri și de sentimente.

**Comunicare nonverbală:** Acțiunea de a transmite și de a face schimb de informații cu ajutorul mișcărilor corporale sau al altor mijloace nonverbale.

**Comunicare verbală:** Comunicarea cu ajutorul cuvintelor, în scris sau oral.

**Confidențialitate:** Păstrarea unui secret sau discreția despre un lucru ce ține de intimitatea cuiva.

**Conflicte interne:** Conflicte care apar în mintea noastră; „conflicte cu noi înșine".

**Conflicte în comunitate:** Conflicte care apar în cadrul comunității sau care o afectează.

**Conflicte în familie:** Conflicte care apar între membrii unei familii sau care îi afectează pe aceștia.

**Conflicte între persoane de același rang (peer conflicts):** Conflicte între prieteni sau persoane cu același grad de maturitate, între semeni sau tovarăși.

**Conflicte între rude:** Conflicte între membrii unei familii, înrudiți în diferite grade.

**Conflicte legate de mediu** (ambientale): Conflicte care apar în sau care afectează mediul înconjurător. Aceste conflicte sunt adeseori legate de dependența față de mediu a omului și a animalelor, în perspectiva supraviețuirii.

**Conflicte școlare:** Conflicte care apar în școală sau care îi afectează pe cei din interiorul ei.

**Discriminare:** Acțiunea de a trata diferit alte persoane, pe baza vîrstei lor, religiei, originii etnice, cetățeniei, handicapului, sexului, clasei, rasei ș.a.m.d. Discriminarea este asemănătoare cu strategia țapului ispășitor, cînd o persoană sau un grup sunt învinovățite pentru greșeli sau pentru evenimente cauzate de alții.

**Dorințe:** Lucruri pe care le vrem sau le dorim, dar care nu sunt neapărat necesare supraviețuirii (spre deosebire de nevoi).

**Drepturile omului:** Drepturi inalienabile, firești ale fiecărei ființe umane.

**Empatie:** „A ne pune în pielea altuia" și a încerca să înțelegem ce simte aceea persoană.

**Etnocentrism:** (Vezi și **naționalism**) Concepția conform căreia propria țară și cetățenii ei ar fi superioare altor țări și cetățenilor acestora. Este vorba despre naționalismul excesiv.

**Gîndire analitică:** Un mod de a gîndi pe baza căruia ideile complexe sunt reduse la elementele lor esențiale.

**Imaginea de sine:** Concepția generală pe care oamenii o au despre ei înșiși. Ea constă din atitudinile, percepțiile și ideile fiecăruia în legătură cu sine.

**Imaginea dușmanului:** Felul de a-i considera pe toți membrii unei națiuni cu care suntem în război ca fiind răi, lipsiți de valoare și fără inimă, nedemni de încredere.

**Interese de bază:** Obiectele dorințelor noastre într-o situație de conflict.

**Încredere:** Sentimentul că putem să ne bizuim cu adevărat pe cineva.

**Încredere în sine:** Sentimentul de încredere în noi înșine, că putem duce la capăt cu succes o anumită sarcină.

**Înțelegerea propriului Eu** (a propriei persoane): Cunoașterea profundă a trăsăturilor noastre esențiale.

**Legături de grup:** Procesul de formare și de dezvoltare a relațiilor de prietenie și de apreciere între oameni.

**Mass-media:** Forme ale comunicării publice, ca televiziunea, radioul etc.

**Mîndrie:** Sentimentul propriei valori și al respectului de sine.

**Naționalism:** Mîndria față de propria țară. Etnocentrismul reprezintă mîndria excesivă a cuiva față de propria-i țară.

**Nevoi:** Lucrurile necesare pentru supraviețuire, ca apa sau hrana.

**Norme sociale:** Standarde, valori și moduri specifice de a ne comporta în societate.

**Percepții:** Felul în care privim informațiile, ideile, situațiile etc.

**Prejudecată:** O opinie, adeseori nefavorabilă, despre o temă sau despre un grup, formată în lipsa cercetării atente a tuturor aspectelor pe care acestea le implică. Adeseori, prejudecățile se formează pentru că lipsește efortul de a înțelege perspectivele diferite ale oamenilor.

**Prietenie:** Sentimentul de respect și de afecțiune pentru altcineva.

**Propagandă:** Efortul sistematic de a răspîndi opinii și credințe; răspîndirea de informații pentru a favoriza scopurile unui grup.

**Putere/Autoritate:** Puterea este abilitatea de a ne face ascultați de alții și de a-i determina să facă ceea ce le cerem. Autoritatea dă unei persoane dreptul de a se aștepta ca ceilalți să se supună cererilor sale.

**Răspundere personală**: Recunoașterea faptului că acțiunile noastre ne aparțin.

**Respectul de sine**: Felul de a ne vedea pe noi înșine. Modul nostru de a vedea lucrurile este cu atît mai pozitiv cu cît este mai ridicat respectul de sine.

**Rezolvarea conflictelor:** Procesul de găsire a soluțiilor pentru un conflict, astfel încît părțile implicate să fie satisfăcute.

**Rezolvarea de probleme:** Procesul de găsire a unei situații satisfăcătoare pentru o anumită problemă.

**Sentimente:** Emoții.

**Stereotipuri:** Credința că un grup de oameni posedă în același fel anumite trăsături, fără nici o diferență individuală.

**Sursele conflictelor:** Cauzele fundamentale ale conflictelor.

**Valoare personală:** Cît de mult ne prețuim pe noi înșine.

**Valori:** Lucruri importante, prețioase, utile.

**Valorizarea pozitivă a diferențelor:** A înțelege și a aprecia calitățile unice ale persoanelor aparținînd diferitelor etnii, rase sau avînd alte caracteristici.

**Violență:** Folosirea forței, care are ca urmare răniri sau abuzuri.



# CONFLICTELE ȘI COMUNICAREA: DE LA FURTUNĂ LA ZILE SENINE

## LISTA LECȚIILOR


| Lecția | Pagina | Lecția | Pagina |
|---|---|---|---|
| A gîndi și a simți | 151 | Formele și dimensiunile multiple | |
| Alegerea justă | 170 | ale prejudecăților | 60 |
| A ne pune în pielea altcuiva | 154 | Fulgi de zăpadă | 41 |
| A trece peste linie | 192 | Gînduri despre arta de a face | |
| Bargonezii și ruterienii | 56 | față conflictelor | 5 |
| Bătălia propagandistică | 78 | Imaginea mea despre conflicte | 115 |
| Capacele de sticlă | 167 | Inima mea care bate | 143 |
| Cînd vorbesc despre mine, despre | | Încurcătura | 90 |
| cîți oameni este vorba, de fapt? | 19 | Jocul de-a ghicitul | 95 |
| Cei galbeni și cei albaștri | 63 | Limbajul trupului | 92 |
| Cele două părți ale eu-lui meu | 32 | Lista sentimentelor | 102 |
| Cine sunt eu? | 10 | Mai mare și mai mare | 31 |
| Cum creăm o activitate de învățare | | Maria spune | 107 |
| a artei de a face față conflictelor? | 202 | Mă desenez pe mine | 8 |
| Cum ne dezvoltăm respectul de sine? | 34 | Mă simt/Sunt... | 106 |
| Cum poate arăta violența? | 131 | Minte și inimă | 148 |
| Cum sunt înfățișate conflictele | | Munți și văi | 13 |
| în știri? | 126 | Nava cosmică | 161 |
| De-a telefonul | 73 | Nu mă împinge | 199 |
| De aceeași parte a drumului | 50 | Ochi pentru ochi | 128 |
| De ce am nevoie? | 159 | Oglinda | 99 |
| De ce punem întrebarea de ce? | 97 | Ne încredem în încredere | 25 |
| Decizii dificile | 164 | Persoanele deosebite ale săptămînii | 17 |
| Despre cum să purtăm o discuție | | Poți să păstrezi un secret? | 88 |
| pozitivă cu noi înșine | 21 | Prieten sau dușman | 70 |
| Despre rădăcinile conflictelor | 117 | Probe pentru film | 15 |
| Despre sentimentele oamenilor | | Publicitate pentru o petrecere | 75 |
| în situații de conflict | 152 | Realitate și ficțiune | 65 |
| Despre stereotipuri | 47 | Scaunul în care te simți bine | 28 |
| Dicționarul conflictelor | 121 | Scutul meu de protecție | 187 |
| Diferențele asemănătoare | 44 | Sticla de lapte | 156 |
| Drumul încrederii | 87 | Știrile de seară | 52 |
| Emoțiile mele | 104 | Turnul Babel | 67 |
| Eu și oglinda | 23 | Urcînd pe scară | 173 |
| Fabrica | 180 | Unde ne întîlnim cu violența? | 134 |
| Fii atent la pașii tăi! | 85 | Variațiuni pe aceeași temă | 196 |
| Filmul serial | 178 | | |

# LISTA CONCEPTELOR-CHEIE


**Gîndirea analitică** — pag.

Gînduri despre arta de a face față conflictelor 5
Cînd este vorba despre mine, despre cîți oameni este vorba, de fapt? 19
Știrile de seară 52
De-a telefonul 73

**Valorizarea pozitivă a diferențelor**

Fulgi de zăpadă 41
Diferențele asemănătoare 44
De aceeași parte a drumului 50
Formele și dimensiunile multiple ale prejudecăților 60
Lista sentimentelor 102

**Atitudini**

Mă desenez pe mine 8
Munți și văi 13
Probe pentru film 15
Cînd este vorba despre mine, despre cîți oameni este vorba, de fapt? 19
Scaunul în care te simți bine 28
Turnul Babel 67
Ochi pentru ochi 128
Minte și inimă 148
Decizii dificile 164
A trece peste linie 192

**Comportamente**

Mă desenez pe mine 8
Munți și văi 13
Probe pentru film 15
Cînd este vorba despre mine, despre cîți oameni este vorba, de fapt? 19
Scaunul în care te simți bine 28
Turnul Babel 67
Emoțiile mele 104
Ochi pentru ochi 128
Minte și inimă 148
Decizii dificile 164
A trece peste linie 192

**Brainstorming** — pag.

Eu și oglinda 23
Capacele de sticlă 167
Alegerea justă 170

**Comunicare**

Cum creăm o activitate de învățare a artei de a face față conflictelor? 202

**Conflict în comunitate**

Despre rădăcinile conflictelor 117

**Confidențialitate**

Poți să păstrezi un secret? 88

**Analiza conflictelor**

Gînduri despre arta de a face față conflictelor 5
Scaunul în care te simți bine 28
Cele două părți ale eu-lui meu 32
Bătălia propagandistică 78
Fii atent la pașii tăi! 85
Încurcătura 90
Jocul de-a ghicitul 95
De ce punem întrebarea *de ce*? 97
Emoțiile mele 104
Imaginea mea despre conflicte 115
Dicționarul conflictelor 121
Cum sunt înfățișate conflictele în știri? 126
Ochi pentru ochi 128
Cum poate arăta violența? 131
Unde ne întîlnim cu violența? 134
Minte și inimă 148
Despre sentimentele oamenilor în situații de conflict 152
Sticla de lapte 156
De ce am nevoie? 159
Decizii dificile 164
Capacele de sticlă 167
Alegerea justă 170
Scutul meu de protecție 187

Cum creăm o activitate de învățare a artei de a face față conflictelor? 202

**Rezolvarea conflictelor**

Dicționarul conflictelor 121
Alegerea justă 170
Urcînd pe scară 173
Filmul serial 178
Fabrica 180
Variațiuni pe aceeași temă 196
Cum creăm o activitate de învățare a artei de a face față conflictelor? 202

**Colaborarea**

Încurcătura 90

**A lua decizii**

Maria spune 107
Nava cosmică 161
Decizii dificile 164
Fabrica 180

**Discriminare**

Știrile de seară 52
Bargonezii și ruterienii 56
Formele și dimensiunile multiple ale prejudecăților 60
Cei galbeni și cei albaștri 63
Realitate și ficțiune 65
Turnul Babel 67
Prieten sau dușman 70

**Empatie**

Imaginea mea despre conflicte 115
A ne pune în pielea altcuiva 154

**Imaginea dușmanului**

Prieten sau dușman 70

**Conflicte legate de mediu**

Fabrica 180

**Conflicte în familie**

Despre rădăcinile conflictelor 117
Urcînd pe scară 173

Filmul serial 178

**Sentimente**

Mă desenez pe mine 8
Munți și văi 13
Probe pentru film 15
Scaunul în care te simți bine 28
Turnul Babel 67
Lista sentimentelor 102
Emoțiile mele 104
Ochi pentru ochi 128
Minte și inimă 148
Despre sentimentele oamenilor în situații de conflict 152
A ne pune în pielea altcuiva 154
A trece peste linie 192

**Prietenie**

Fii atent la pașii tăi! 85

**Legături de grup**

Munți și văi 13
Cum ne dezvoltăm respectul de sine? 34
Fii atent la pașii tăi! 85
Poți să păstrezi un secret? 88
Încurcătura 90
Jocul de-a ghicitul 95
De ce punem întrebarea *de ce*? 97

**Drepturile omului**

Scutul meu de protecție 187
A trece peste linie 192
Variațiuni pe aceeași temă 196
Nu mă împinge 199

**Conflicte interne**

Cele două părți ale eu-lui meu 37

**Calități de conducător**

Cum creăm o activitate de învățare a artei de a face față conflictelor? 202

**Mass-media**

De-a telefonul 73
Publicitate pentru o petrecere 75
Cum sunt înfățișate conflictele în știri? 126



**Naționalism/Etnocentrism**

De aceeași parte a drumului 50
Bargonezii și ruterienii 63
Prieten sau dușman 70

**Nevoi/Dorințe**

De ce am nevoie? 159
Nava cosmică 161

**Comunicare non-verbală**

Încurcătura 90
Limbajul trupului 92
Oglinda 99
Lista sentimentelor 102

**Conflicte între persoane de rang egal**

Bătălia propagandistică 89
Oglinda 99
Despre rădăcinile conflictelor 117

**Percepții**

Încurcătura 90

**Răspundere personală**

Maria spune 107

**Ceartă încăpățînată**

Sticla de lapte 156

**Putere/Autoritate**

Maria spune 107

**Prejudecată**

De aceeași parte a drumului 50
Știrile de seară 52
Bargonezii și ruterienii 56
Formele și dimensiunile multiple ale prejudecăților 60
Cei galbeni și cei albaștri 63
Realitate și ficțiune 65
Turnul Babel 67
Prieten sau dușman 70

**Mîndrie**

Mă desenez pe mine 8

Probe pentru film 15

**Rezolvarea de probleme**

Încurcătura 90

**Popaganda**

De-a telefonul 73
Publicitate pentru o petrecere 75
Bătălia propagandistică 78
A recunoaște conflictele
Inima mea care bate 143

**Conflicte școlare**

Bătălia propagandistică 78
Despre rădăcinile conflictelor 117
Nu mă împinge 199

**Imaginea de sine**

Cînd este vorba despre mine, despre cîți oameni este vorba, de fapt? 19
Despre cum să purtăm o discuție pozitivă cu noi înșine 21
Eu și oglinda 23

**Eficacitate personală**

Mai mare și mai mare 31

**Respectul de sine**

Mă desenez pe mine 8
Cine sunt eu? 10
Munți și văi 13
Probe pentru film 15
Persoanele deosebite ale săptămînii 17
Cînd este vorba despre mine, despre cîți oameni este vorba, de fapt? 19
Despre cum să purtăm o discuție pozitivă cu noi înșine 21
Eu și oglinda 23
Ne încredem în încredere 25
Scaunul în care te simți bine 28
Mai mare și mai mare 31
Cum ne dezvoltăm respectul de sine? 34
Lista sentimentelor 102

**Înțelegerea propriului eu**

Cele două părți ale eu-lui meu 32

Fulgi de zăpadă 41
Nava cosmică 161
Decizii dificile 164

**Valoare proprie**

De aceeași parte a drumului 50

**Conflict între rude**

Sticla de lapte 156
Filmul serial 178

**Norme sociale**

Variațiuni pe aceeași temă 196

**Sursele conflictului**

Despre rădăcinile conflictelor 117

**Stereotipuri**

Despre stereotipuri 47
De aceeași parte a drumului 50
Știrile de seară 52
Turnul Babel 67

**Încredere**

Munți și văi 13
Ne încredem în încredere 25
Cum ne dezvoltăm respectul de sine? 34
Fii atent la pașii tăi! 85
Poți să păstrezi un secret? 88

**Interese de bază**

Poți să păstrezi un secret? 88

**Valori**

Munți și văi 13
Probe pentru film 15
Persoanele deosebite ale săptămînii 17
Ochi pentru ochi 128
Decizii dificile 164

**Comunicare verbală**

Încurcătura 90
Limbajul trupului 92
Jocul de-a ghicitul 95
De ce punem întrebarea *de ce*? 97
Oglinda 99
Lista sentimentelor 102
Emoțiile mele 104

**Violență**

Cum poate arăta violența? 131
Unde ne întîlnim cu violența? 134

Lector: *Valentin Ciuc*
Tehnoredactare computerizată: *Marian Mănescu*

Departamentul Editură, Poligrafie și Comerțul cu Cărți

Firma Editorial-Poligrafică „Tipografia centrală"
str. Florilor nr. 1
Com. nr. 5'05'

CZU 159.922.637.015.3
C 65